फक्त सहा दिवसात स्मरणशक्ती वाढवा

श्याम मराठे

गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्डमध्ये
तुम्हास स्थान मिळवून देणारा कोर्स

सहा दिवसांत स्मरणशक्ती वाढवा!

श्याम मराठे

इंद्रायणी साहित्य प्रकाशन, पुणे

ISBN - 81-7418-095-8
Saha Divsat Smaranshakti
Vadhwa (Marathi)
Shyam Marathe

प्रकाशक
श्याम दयार्णव कोपर्डेकर
इंद्रायणी साहित्य
२७३, शनिवार पेठ, पुणे ३०

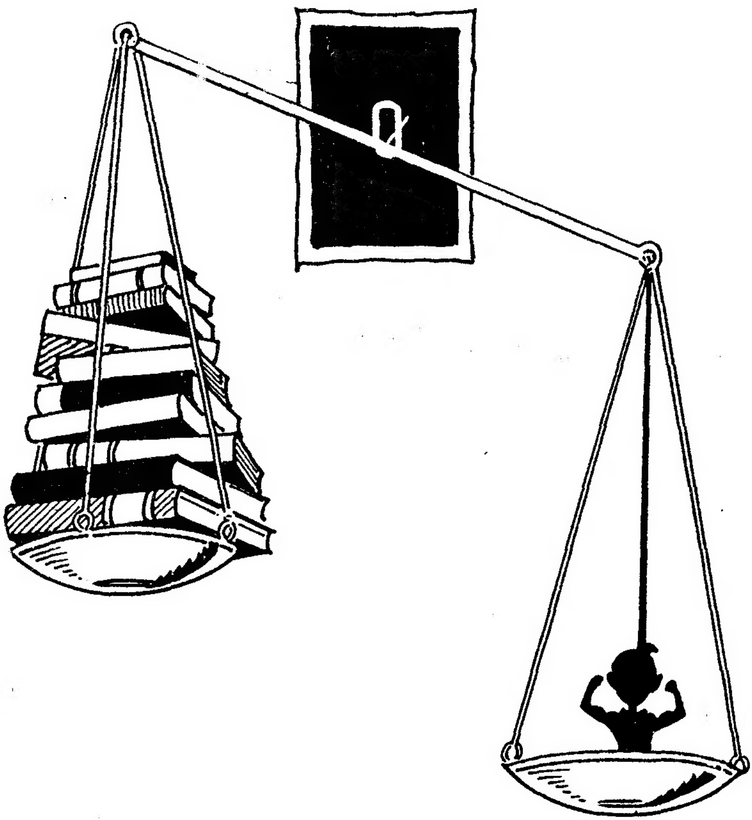
मुद्रक
प्रमोद विष्णु बापट
स्मिता प्रिंटर्स
१०१९, सदाशिव पेठ, पुणे ३०

प्रथमावृत्ती
१२ डिसेंबर १९९७

मुखपृष्ठ
गोपाळ नांदुरकर

टाईप प्रोसेसिंग
पराग पिंपळे
संकल्प क्रिएशन्स
२७३, शनिवार पेठ, पुणे ३०

मूल्य पन्नास रुपये



प्रास्ताविक

चालू युगाला इंग्रजीत Information Age असा शब्द वापरतात. Information चा अनुवाद 'माहिती' असा आपण करतो. जे माहीत आहे, जे पूर्वीच ज्ञात आहे, ती माहिती नव्हे. ते पूर्वज्ञान होईल. हा फरक हे पुस्तक वाचताना वाचकाने प्रथम ध्यानात ठेवावयास हवा.

या पुस्तकात 'खूप वाचावे कसे व वाचलेले स्मरणात ठेवावे कसे याविषयी जे मार्गदर्शन केलेले आहे तेच पुस्तक वाचताना वा तपशीलात जाऊन अभ्यासताना लागू आहे, हेही वाचकाने ध्यानात ठेवावे. परंतु वाचत वाचत त्या प्रकरणापर्यंत पोहोचावयास अजून वेळ आहे. त्यामुळे या ओळीपासूनच पुढे कसे वाचत जा हे येथेच सांगून टाकू या. सर्व प्रथम 'स्मरणशक्ती' वाढावी अशा उद्देशाने आपण हे पुस्तक वाचावयास हाती घेतले आहे ही गोष्ट स्वतःच्या मनात एकाग्रतेने, खोलवर कोरली जाईल इतका जोर वापरून, सुस्पष्ट बिंबवा, व दर पृष्ठावर जी, जी माहिती अथवा मजकूर आहे तो या उद्दिष्टाच्या पार्श्वभूमीवरच ग्रहण करा. खरे तर सर्वच मजकूर स्मरण-शक्तीची वृद्धी या विषयाची सर्वांगीण जाण देण्याच्या हेतूने लिहिला आहे. पण तूर्तास काय भरभर वाचून 'हे ध्यानात नाही ठेवले तरी चालेल' असा विचार करून कुठले पृष्ठ पटकन् उलटावयाचे व 'हे विषयाला हात घालते' असे वाटते तेथे ते पृष्ठ वा तो परिच्छेद सावकाश ध्यानपूर्वक वाचावयाचा, हा निर्णय तुम्ही स्वतःच घ्यावयाचे पूर्ण स्वातंत्र्य तुम्हाला आहे.

सारेच पुस्तक क्रमशः एका पानानंतर पुढचे पान अशा पद्धतीने वाचले तरी चालेल, किंवा मधलेच एखादे शीर्षक वा उपशीर्षक लक्ष-

वेधक दिसले तर ते ते वाचत पुस्तक नुसते चाळलेत तरी प्रथम वाचनासाठी तेवढे पुरेसे आहे. तसे एकदा पटपट चाळून झाल्यावर जर तुम्हाला जाणवले की या पुस्तकातले तंत्र कष्टपूर्वक, एकाग्रता वगैरे अनंत बुद्धी विशेष वापरून आपण निश्चित पुढे आत्मसात करू शकू, तरच तुम्ही पुस्तकाचे सहाही हिस्से क्रमाने, गांभीर्यपूर्वक सहा दिवस पूर्णवेळ अभ्यासास देऊन वाचावयाचे आहेत.

तुमच्या स्मरणशक्तीत केवळ सहापट वाढ होईल असा मर्यादित दावा येथे अशा करता केला की जर तुम्ही सहा दिवसांहूनही अधिक वेळ या तंत्रांच्या अभ्यासावर खर्च कराल तर ही वाढ केवळ सहा नव्हे तर साठपट होईल! तसेच, पुस्तकात सुरुवातीला पुस्तक चाळताना ज्या ज्या मजकुरावरून नुसते डोळे फिरवून तुम्ही पुढे पुढे वाचत गेलात त्याही मजकुराचे पुनर्वाचन करावेसे नक्की वाटेल. ते कराल तेव्हा स्वतःच्या शक्तीच्या अमर्यादतेची पूर्ण कल्पना तुम्हास येईल व स्मरणापेक्षाही श्रेष्ठ असे ज्याला म्हणतात ती 'समज' अनंतपट वाढेल.

'स्मरण' या शास्त्रातले सर्वांत अद्यावत असे शोध तुमच्या प्रत्यक्ष वापरासाठी या पुस्तकात तुम्हाला प्रथमच परिचित होणार आहेत.

तुमच्यात आधीपासूनच दडलेल्या ताकदीचे प्रचंडत्व व ती ताकद ही स्थिर गोष्ट नसून वाढू शकणारी गोष्ट आहे हे ज्ञान यांची दखल तुम्ही तातडीने घ्यावयाला हवी! स्वतः अभ्यासून खात्री करून घ्यावयास हवी. तुमच्या पाल्याला अग्रक्रमाने शिकवायला हवी! याहून चांगली अशी मालमत्ता तुमच्या वारसांना देण्यासाठी तुम्हाला जगात अन्यत्र कुठेही मिळणार नाही.

—श्याम मराठे

लेखक परिचय : श्री. श्याम मराठे

१) श्री. श्याम मराठे यांना अमेरिकन दूरचित्रवाणी, आकाशवाणी, वृत्तपत्रे व विद्यापिठे यांनी जगातील चार द्रुत-गती गणितीपैकी एक व चौघात सरस असे गौरविले आहे.

२) रँड कार्पोरेशन, सँटामोनिका, यू.एस.ए.च्या 'डिपार्टमेंट ऑफ इन्फर्मेशन'च्या अद्यावततम कॉम्प्युटरबरोबरच्या स्पर्धेत त्यांनी गणनगतीत कॉम्प्युरलाही हरविले.

३) देश व परदेश हिंडून त्यांनी उल्लेखनीय प्रसार केला आहे.

४) वेदांतर्गत गणित तसेच सर्व प्राचीन व अर्वाचीन भारतीय गणितींनी संशोधलेल्या गणिताचे ते एक गाढे अभ्यासक आहेत.

५) 'लोक गणित' या नवसंज्ञेचे व आंदोलनाचे हे एक प्रमुख उद्‌गाते असून अत्यंत प्रगत व अद्ययावत् गणितशास्त्र सामान्यातल्या सामान्य मराठी माणसापर्यंत रंजक स्वरूपात पोहोचलेच पाहिजे म्हणून अनेक मराठी नियतकालिकांतून त्यांचे ललित भाषेत अखंड स्तंभ-लेखन चालू असते. गणितशास्त्र, कॉम्प्युटरशास्त्र, अर्थशास्त्रादि विषयावर तयांची पंधरा पुस्तके प्रकाशित झाली आहेत.

६) विज्ञान व तंत्रज्ञान या क्षेत्रातील विशेष कामगिरीसाठी महाराष्ट्र विज्ञान यात्रा समिती विद्यमाने त्यांना मानपत्र देऊन गौरविण्यात आले आहे.

७) 'सायन्स डायजेस्ट' या जगत्‌मान्य न्यूयॉर्क व जपानमधून प्रसिद्ध होणाऱ्या मासिकाच्या मे १९८४ च्या अंकात श्री मराठे यांच्या विस्मयकारक गणित-गती प्रशंसणारा डॉ. क्रिप्टन यांचा लेख प्रसिद्ध झाला आहे.

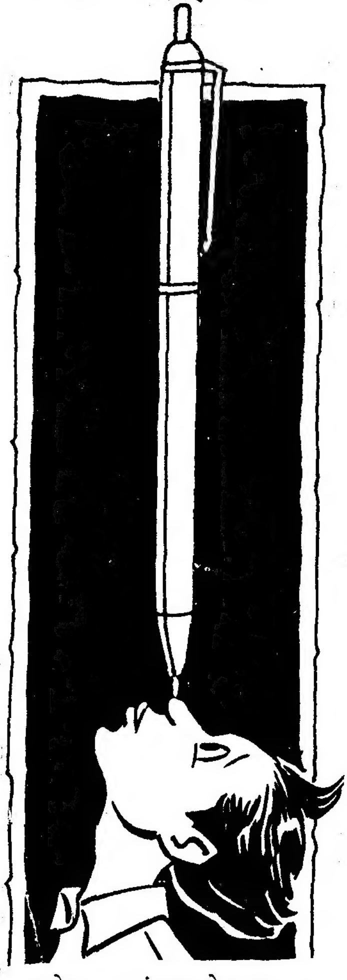
८) श्री. श्याम मराठे यांचे दैनंदिन उपजिविका-क्षेत्र म्हणजे भारतीय आयुर्विमा महामंडळ. ते डिव्हिजनल मॅनेजर या उच्च पदावरून निवृत्त झाले. विमान निगमाचे एक माजी चेअरमन श्री एस रंगराजन् श्री मराठे यांच्याबद्दल लिहिताहेत, "Life Insurance Corporation of India is proud to have you on its rolls." श्री. मराठे परदेश दौऱ्यावर असता एल. आय. सी. चे दुसरे एक तत्कालीन चेअरमन श्री. जे. माथन यांनी, "You are L.I.C.'s ambassador abroad." अशा शब्दात त्यांना वाखाणले होते.

९. कोलंबिया युनिव्हर्सिटी प्रेस, न्यूयॉर्क, यांनी नुकतेच 'मॅथेमॅटिकल प्रॉडिजीज् ऑफ पास्ट अँड प्रेझेंट' हे पुस्तक प्रकाशित केले. त्यात श्री. श्याम मराठे यांच्यावर एक प्रकरण आहे.

१०. **प्रो. एम्. शेमला, डायरेक्टर पायरे अँड मेरी युनिव्हर्सिटी, पॅरीस,** लिहितात, "I had never come across a man with similar talents."

❑ ❑ ❑

शाम मराठे यांचे अन्य प्रकाशित वाङ्मय



शीघ्र गणितींचे चमत्कार*
झटपट गुणाकाराच्या भारतीय रीती*
आश्चर्यकारक वेगाने भागाकार*
मनोरंजक शून्य*
गणितातील गंमती*
गणितातील रंजक खेळ*
भारतीय द्रुत गणिताच्या अद्‌भुत रीती*
द्रुत-गणित वेद*
भारतीय गणितींची चरित्रे
स्मरणवाढीच्या शास्त्रीय पद्धती
अपूर्णांकांचा दशांशीकरणाच्या भारतीय रीती
भारतीय गणिताच्या जगात गौरव
कॉंप्युटर शिकायची सोपी रीत
गॅट करार व बहुराष्ट्रीय कंपन्या
इंटरनेट शिकायची सोपी पद्धत (आगामी)

*टिप : * ही पुस्तके इंद्रायणी साहित्य प्रकाशन, पुणे ३० यांच्याकडे उपलब्ध होऊ शकतील.* आजच संपर्क साधा.

इंद्रायणी साहित्य
२७३, शनिवार पेठ, पुणे ४११०३०
दूरध्वनी ४५८५९८

सहा दिवसांचा प्रभावी स्मरणशक्ती वाढविण्याचा कोर्स

दिवस पहिला

- स्मरणशक्तीची सुलभ समज
- स्मरणाचा अभाव हा रोग नव्हे
- लक्षात ठेवल्यानेच जास्त लक्षात राहू लागते
- स्मरणाला शिस्तीची गरज
- 'मानवी मेमरी' व 'कॉंप्युटर मेमरी'तील फरक
- स्मरणात वेगाने ठेवता येण्याचे महत्त्व
- कुणीही स्मरणशक्तीत वाढ घडवून आणू शकतो
- झटपट आठवायला हवेच कशाला?
- हे केवळ तुम्हीच करू शकणार
- निरीक्षणशक्ती, कल्पनाशक्ती व स्मरणशक्ती परस्परावलंबी
- छोटे, छोटे तुकडे करून मोठे, मोठे काम पुरे होते
- एकातून दुसरे, दुसऱ्यातून तिसरे

दिवस दुसरा

- जुन्याला नवे जोडायचे शास्त्र नि कला
- स्मरण अधांतरी लटकत राहू शकत नाही
- एक-दोन-तीन-चार, तुम्ही व्हा बडे हुश्शार!
- बालगीतात सापडेल तुम्हाला तुमची चूक
- देहाची तिजोरी...
- आपल्या संस्कृतीतील संख्या-संकेतांची मदत
- तुमच्या कल्पनाशक्तीची तुम्हाला तरी कुठेय कल्पना?
- दर प्रसंगासाठी वेगळा वेगळा सेट
- दशमान पद्धतीच्या दशभुजात वसलेले अक्षर-विश्व
- मनाच्या झी टीव्हीवर अंकाक्षरी मैफल
- पहिले शतक झळकावून जिंकू पहिला सामना
- शंभराकडून थेट हजाराकडे झेप
- दूर वस्तू ठराविक रूपातच सतत बघायची

- कल्पनाविलासाने कशाला काहीही जोडता येते

दिवस तिसरा

- यमुना जळी खेळू खेळ......
- खेळ क्रमांक एक– प्राथमिक
- खेळ क्रमांक दोन– उच्च स्तर
- आता करू उजळणी साऱ्याची

दिवस चौथा

- केवळ एकदा ऐकून तोंडपाठ
- ऐकणे सोपे की वाचणे सोपे?
- एकटे मन व सामुदायिक मन एकाच माणसात कसे?
- ऐकावे, टिपावे... टिपावे, ऐकावे....
- वक्त्याचीच टिपणे प्राप्त होण्याचा मणीकांचन योग
- मुख्य नस सापडायला हवी
- ऐकावे जनाचे, करावे मनाचे

दिवस पाचवा

- वाचले रे वाचले की राहिले लक्षात
- वाचायचा वेग वाढवणे फारच सोपे आहे
- सारी पुस्तके संपूर्ण वाचायची?
- काय वाचता पेक्षा कसे वाचता ते महत्त्वाचे
- वाचन मनात रेंगाळेल; पण किती दिवस?
- स्मरण नि समज एकच?
- विस्मरणाचे गोडवे गावे तेवढे थोडे
- सीमारहित वाचनाची शक्यता केवळ तुमच्याबाबतीत
- कॉंप्युटरकडून शिकण्याजोगे खूप काही
- माणसाची मेमरी नि कॉंप्युटरची मेमरी यांची गोत्रेच भिन्न

दिवस सहावा

- फक्त एकदा पाहून लक्षात
- पाहाणे– निरीक्षण करणे– कल्पनेत पाहाणे
- पाहावे कसे हे देखिल आता आम्हाला शिकवणार का?
- परिचित गोष्टींशी असलेले साम्य धुंडाळत अपरिचिताशी ओळख

समारोप

- आनंदाचे डोही, आनंद तरंग!

❑ ❑ ❑

दिवस पहिला

स्मरणशक्तीची सुलभ समज

स्मरणाचा अभाव हा रोग नव्हे

स्मरणशक्ती वाढावी म्हणून काही भारतीय कंपन्यांनी आयुर्वेदीय औषधे बाजारात अलीकडे आणली आहेत. त्यांच्या जाहिरातीचे मुख्य लक्ष विद्यर्थिवर्ग असते. विद्यार्थी अन् त्यांचे पालक. मुलगा वा मुलगी १० वी वा १२ वीत गेली की घरोघरी, विशेषतः अभ्यासात so-so (सोऽसो) असणाऱ्या विद्यार्थ्यांचे पालक भलतेच 'टेन्स' होऊ लागतात. ही औषधं मग आपोआप घरी येतात.

पाश्चात्य वैद्यकशास्त्र औषध देऊन हुशारी वाढते, स्मरणक्षमता वाढते असे मुळीच मानत नाही. त्यामागची कारणे शास्त्रीय आहेत. मनुष्याच्या मेंदूची जी काही वाढ व्हावयाची ती केवळ पहिल्या सहा वर्षांपर्यंतच होते. स्मरणाचे स्थान म्हणजे मेंदू. मेंदूत वळ्या वळ्या असतात. या वळ्यात अनंत पेशी असतात. पेशींच्या पोषणासाठी प्रोटीन लागते. अती बाल्यावस्थेत प्रोटीन्स कमी पडली तर मेंदूची घडण सदोष होईल. त्यामुळे मुलांना आई-बापांनी पहिल्या सहा वर्षांत प्रोटीनयुक्त आहार भरपूर दिला पाहिजे.

पण त्यानंतर कितीही प्रोटीन्स खाल्ली तरी त्यामुळे मेंदूत काहीही वाढ होण्याची शक्यता नाही. तसेच मेंदूला त्याचे कार्य करायला शुद्ध रक्ताची खूप गरज असते. श्वसनसंस्था अशुद्ध रक्त शुद्ध करून हृदयरूपी पंप वापरून रक्ताभिसरणाद्वारे पुनः पुन्हा ऑक्सिजनयुक्त रक्त मेंदूकडे पाठवीत राहाते.

जगात असे एकही औषध नाही की जे मस्तिस्क पेशींना जादा स्मरणशक्ती प्रदान करेल. औषधे हृदयदोषांवर आहेत, श्वसन दोषांवर आहेत. जगात विषे भरपूर आहेत जसे मद्यार्क. मद्यार्काचा एक पेग एक हजार पेशींचा मृत्यू घडवून आणतो. पण मेंदूत एकूण पेशींची संख्याच प्रचंड असल्याने, तेरा हजार अब्जापेक्षा जास्त असल्याने असले किरकोळ आघात मेंदू सहज पेलतो. शिवाय पेशीत पडणारी तूट प्रथिनांसकट क्षार, व्हिटॅमिन्सयुक्त असलेला मानवी आहार त्वरेने भरूनही काढतो.

औषध शरीरांच्या विविध व्याधी दूर करते. त्यांचा फायदा अप्रत्यक्षपणे मेंदूला होईल; मेंदूत रोग तयार झाला तर दूर करेल. पण बाह्य औषध व स्मरणशक्तीला लागणाऱ्या पेशींची संख्या व ताकद यामध्ये काहीही थेट संबंध नाही. मुळात स्मरणशक्ती कमी असणे वा जास्त असणे हा रोगच नाही. तसेच औषध मेंदूतील स्मरणनोंदी जास्त टिकाव करू शकणार नाही.

'हालचाल', ताण, अन् शरीराच्या साऱ्या शक्ती मनाने एकाच अवयवात एकवटण्याचे माणसातले सामर्थ्य यांचा वापर हा शरीराला व्यायाम घडवतो. जर हालचाल नसेल तर मेंदूसकट शरीराचा कुठलाही अवयव अकार्यक्षम होईल. फिजिओथेरपी हालचाल हेच औषध मानते. जे शरीराला लागू तेच मेंदूलाही लागू आहे. कारण मेंदू हे शरीरच आहे.

बालपणीच मुलाचे सर्व अवयव पूर्णपणे तयार होतात. तसे ते जन्मतःच तयार असतात. नाक, कान, डोळे यांच्या मूळ स्वरूपात नंतर औषध देऊन खास वाढ घडवून आणता येईल का? शरीरावयांची घडण सुरुवातीच्या काळातच होऊन जाते. ६ वर्षांच्या मुलाला १० वर्षांच्या मुलाइतकेच ऐकू येते. दोघांना दूरचे सारखेच दिसते. जसे नाक, कान, डोळे, स्पर्शेंद्रिये, रसना यांची घडण ठराविक वयापर्यंत पूर्ण होऊन जाते, तशीच मेंदूचीही स्थिती आहे. नंतरच्या काळात त्यांना रोग होऊ शकतो. तसा रोग झाल्यास त्यातले काही रोग औषधाने दूर होऊ शकतात. पण कमी स्मरणशक्ती हा काही रोग नाही. ती मेंदूच्या अपुऱ्या वापराचा म्हणजेच कमी हालचालीचा, कमी व्यायामाचा परिणाम आहे. सर्जन शल्यक्रियेनंतर त्या, त्या अवयवाला पूर्वीची शक्ती प्राप्त होण्यासाठी केवळ हालचालींचा सराव कायम ठेवावयास सांगतात. आजकाल शस्त्रक्रियेनंतर जितक्या लवकर रोगी हालचाल करू लागेल तितके चांगले असे डॉक्टर सांगतात.



तात्पर्य, अवयवाचा जास्तीत जास्त वापर हाच तो अवयव सुदृढ करण्यासाठी मार्ग आहे. स्मरणशक्ती नाही असा माणूसच नसतो. स्मरण नसेल तर माणसाला घास ताटातून उचलता येणार नाही, पुढचे पाऊल टाकता येणार नाही. स्मरण प्रत्येकास जन्मतःच असते. ते वापरत राहाणे एवढा एकच मार्ग ते सक्षम ठेवण्यासाठी उपलब्ध आहे.

लक्षात ठेवल्यानेच लक्षात राहू लागते. स्मरणात जास्त जास्त ठेवण्याच्या सवयीनेच जास्त लक्षात ठेवण्याची शक्ती वाढते. अशी कुठलीही जडीबुट्टी, औषध व जादू उपलब्ध नाही, की ज्यामुळे कालपर्यंत मद्दड असलेला मुलगा आज एकदम हुशार होऊन जाईल!

व्यायाम उर्फ सतत हालचाल अथवा सराव याबरोबरच हे सारे योग्य पद्धतीने करणे यासही महत्त्व आहे. वेट-लिफ्टिंग करताना योग्य प्रकारेच वजन उचलावयास प्रथम शिकवतात. त्यामुळे हेही ओघानेच आले की केवळ स्मरणाचा सराव स्मरणशक्ती वाढवेल असे नाही. चुकीच्या पद्धतीने केलेला सराव स्मरणशक्तीला हानीही पोचवू शकेल. कशाचाही व्यायाम योग्य पद्धतीनेच घ्यावयास हवा.

स्मरणाला शिस्तीची गरज

एक मित्र सतत नेहमी काळजीत असे! रात्री डोळे सताड उघडे ठेवून तो रात्र रात्र विचार करीत, मुलाचे कसे होईल या काळजीने तळमळत अंथरुणावर पडायचा! कारण मुलगा दारूडा झाला होता. अखेर मित्रालाच निद्रानाशाचे दुखणे जडले. डॉक्टराकडे जाण्याइतकी त्याची प्रकृती निद्रानाशामुळे बिघडली.

डॉक्टरांनी म्हटले, "तुम्ही मुलाची काळजी करू नका असे मी म्हणणार नाही. पण ती रात्री निजण्यासाठी आडवे झाल्यावरच का करता? तुम्ही त्या वेळी खरे तर काहीही विधायक कृती करण्याच्या अवस्थेत नसता. कारण ती झोपी जाण्याची वेळ आहे. तुम्ही जे जागता ते तुमच्या मुलावरच्या प्रेमाने, हे तुमचे म्हणणे खोटे आहे. या तुमच्या जागण्याचा तुमच्या मुलावरच्या प्रेमाशी संबंध नाही. ज्या वेळेला जे करायला नको ते तुम्ही करता एवढाच अर्थ तुमच्या 'काळजी' या शब्दाला आहे. तुम्ही बेशिस्त स्मरणाची शिकार आहात."

'Worry is nothing but disorderly memory. To remember a thing at a time when you cannot do anything about it is a sign of the lack of proper memory habits.'

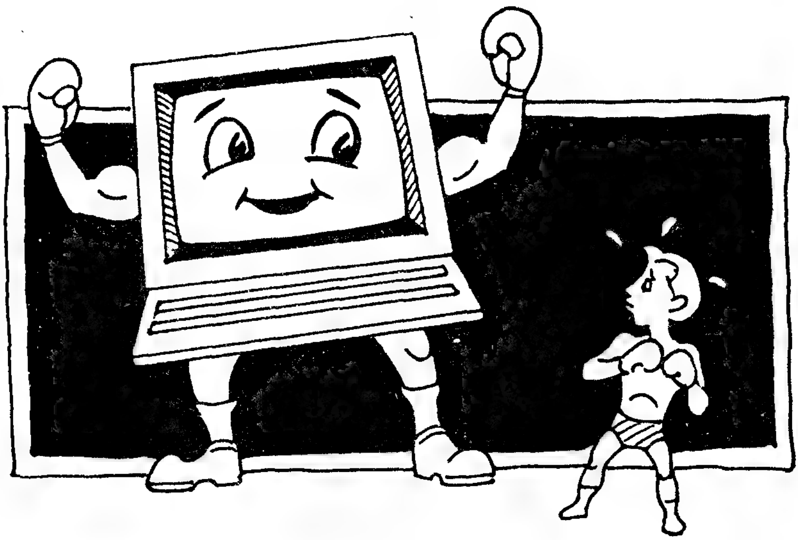
–Harry Lorren.

स्मरणाला व्यायाम देणे जितके आवश्यक आहे तितकेच त्या व्यायामासाठी योग्य पद्धत वापरणे आवश्यक आहे. शरीराला शिस्त लावणे जसे जरूर आहे तसेच मनालाही शिस्त लावणे जरूर आहे. अयोग्य पद्धतीचे स्मरण स्मरणाला हानी पोचवू शकेल.

तात्पर्य, स्मरणाची योग्य पद्धत कोणती ते आपण येथे शिकणार आहोत!

मानवी मेमरी व कॉम्प्युटर मेमरीतील फरक

१२ मे १९९७ रोजी घडलेली घटना येथे मुद्दाम उद्धृत करीत आहे. गॅरी कास्पोरोव्ह हा बुद्धिबळातील रशियाचा जगज्जेता– पदाचा मानकरी होता. तरीही डीप ब्ल्यू या IBM च्या महासंगणाकाविरुद्धच्या अनेक खेळयांच्या अंती कास्पोरोव्ह अडीच गुण व डीप ब्ल्यू साडेतीन गुण असा स्कोअर झाला व कास्पोरोव्ह सामना हरला. पहिली, तिसरी, चौथी, पाचवी खेळी अशा तुरळक खेळी कास्पोरोव्हचा विजयाच्या तर इतर साऱ्या सुपर कॉम्प्युटरच्या विजयाच्या होत्या. विसाव्या खेळीनंतरचा अंतिम निकाल कास्पोरोव्ह पराभूत असा जाहीर झाला. 'मी का हरलो' याचे जे शेवटचे उत्तरे कास्पोरोव्हने दिले, ते स्मरणशक्तीच्या विषयालाही



अत्यंत लागू पडते. तो म्हणाला, **''मी हरलो नाही, कारण मी दबावाखाली खेळलो. कॉंप्युटर यंत्र आहे. त्याला मन नाही. मन नाही म्हणून त्याच्या मनावर दबावही नाही. तसेच माझा पूर्व सराव फक्त १० दिवसांचा होऊ शकला. सराव कमी पडला.''**

तो पुढे म्हणाला, **''मी दमलो असणार. मला खात्रीपूर्वक तसे वाटते. कारण कॉंप्युटर यंत्र असल्याने कधीच दमत नसले तरी मानवी देहाचे तसे नाही!'' माणसाची शक्ती अपघाताने एखाद्या क्षणी एकदम कमी होऊ शकेल. हेही कारण स्मरणशक्ती एखादेवेळी माणसास का दगा देते त्यावर प्रकाश पाडते. तो क्षण स्मरणशक्तीच्या अभावाचा नसून अन्य शरीराच्या तत्कालीक क्षीणतेचा असतो. या शारीरिक क्षीणतेत आत्मविश्वास आयत्या क्षणी ढासळणे हेही अंतर्भूत आहे.**

''माझ्या हे लक्षात नक्की राहील.'' अशा आत्मविश्वासाने लक्षात ठेवायचा प्रयत्न केलेला असल्यास ते नक्कीच लक्षात राहते. याला स्वयं सूचनेचे शास्त्र (Auto Suggestion) असे मानसशास्त्रात नाव आहे. रशियाच्या बुद्धिबळ खेळातील जगज्जेता कॉस्पोरोव्हशी लढत देणे हा I.B.M. कंपनीने एक त्यांच्या व्यापार-रणनीतीचा, Marketing Strategy चा पवित्रा घेतला. या लढतीची जबरदस्त जाहिरात अफाट खर्च करून जगभर केली गेली. कास्पोरोव्ह वि. संगणक या स्पर्धेवर I.B.M. ने ५० लाख डॉलर्स एकूण खर्च केला. त्यांच्या मुळातल्या सुपर कॉंप्युटरला या खेळापुरते अती 'सुपर' बनवण्यासाठी खूप खर्च केला. जगभरच्या इतर प्रसिद्धी माध्यमांनी त्यांच्या व्यवसायाच्या फायद्याकरिता जी जाहिरात केली व त्यावर त्यांचा जो खर्च झाला तो वेगळा. जगभराचा एकूण खर्च १० कोटी डॉलर्स असा अंदाजला गेला आहे. IBM च्या स्वत:च्या Internet site वरून या मॅचचे प्रसारण ११-५-९७ रोजी करण्यात आले ते जगभरच्या इंटरनेट कनेक्शन घेतलेल्या १० लाख महत्त्वाच्या लोकांनी पाहिले.

IBM चा डीप डब्ल्यू संगणक एका सेकंदात ३० कोटी संभाव्य Moves चा विचार करू शकतो. याही बाबीला मुद्दाम भरपूर प्रसिद्धी दिली गेली होती.

परिणामी, या जगज्जेत्या बुद्धिबळ योद्ध्याला खेळ सुरू होण्यापूर्वीच न्यूनगंड तयार व्हावा म्हणून भरपूर प्रयत्न करण्यात आले. नंतर एक चिडाचिड झाली. दर खेळीनंतर नव्हेच पण किमान दर पूर्ण सामन्यानंतर त्या सामन्यातल्या संगणकाच्या सर्व खेळ्यांचा तपशील कास्पोरोव्हला पुढच्या खेळीच्या आधी देण्यास IBM चे

या सामन्याबाबतचे सर्वाधिकारी मि. तान यांनी नकार दिल्याने कास्पोरोव्ह क्रोधाधीन होता, नर्व्हसही झाला होता. म्हणजेच त्याचे मानसिक संतुलन पूर्णपणे बिघडले होते.

अशा अवस्थेत मानवाचा मेंदू वा मानवाचे शरीर यापैकी कुणाकडूनच अत्युत्तम कार्य अशक्य आहे. कास्पोरोव्हचा पराभव झाला. पण त्याला संदर्भ हा असा होता.

स्मरणात वेगाने ठेवता येण्याचे महत्त्व

संगणकाची विचार करण्याची गती माणसाच्या विचार करण्याच्या गतीपेक्षा अनंतपट जास्त आहे. त्यामुळे माणूस संगणकाच्या पुढ्यात नेहमीच वेगाच्या क्षेत्रात कमीच पडणार. कारण माणूस कालमर्यादेच्या चौकटीने बंधित झालेला आहे. संगणकाच्या खेळीनंतर आपली खेळी खेळायला त्याला काही अनंत वर्षांचा काळ दिला जात नाही. एकच काळ-मर्यादा माणूस व संगणक या दोघांनाही अशा सामन्यात असते. पण संगणकाचा वेगच प्रचंड असल्याने त्याच्यापुरती ती कालमर्यादेची चौकट खूपच ऐसपैस होते.

"मी माझ्या खेळीचा विचार पूर्ण करायला वेळ अपुरा झाल्याने हरलो, माझा विचार करण्याचा वेग कमी पडला" असे तो शेवटी म्हणाला. "मी दमलो होतो," असेही तो म्हणाला.

थाडक्यात, दोन असमान योद्ध्यात जे घडले तेच येथे घडले. ते तसेच धडणार होते.

पण स्मरणशक्ती विषयाच्या वेगळ्याच एका पैलूला या घटनेने प्रकाशझोतात आण्ले आहे.

स्मरणात वेगाने ठेवता आले पाहिजे.

तसेच, स्मरणात ठेवण्याची क्रिया न दमता झाली पाहिजे. म्हणजेच हसत, खेळत, गमती-जमतीत झाली पाहिजे.

त्याहून महत्त्वाचे म्हणजे लक्षात ठेवणे न्यूनगंडाशिवाय व मन संतुलित स्थितीत ठेवूनच झाले पाहिजे.

कोणीही स्मरणशक्तीत वाढ घडवून आणू शकतो

"मला स्मरणशक्ती अशी हवी की हजारो, लाखो गोष्टी स्मरणात ताज्या हव्या!"

हीच तुमची महत्त्वाकांक्षा असेल ना? ही गोष्ट तर सोपी आहे. आजच

तुमच्या स्मरणात एक कोटी गोष्टी आहेत! परंतु, 'या गोष्टी तुमच्या स्मरणात सदैव हव्या.' असं म्हणाल तर कठीण आहे! स्मरण, आठवणी, या काहीशा तुमच्याशी सतत लपंडावाचा खेळ खेळत असतात. म्हणजेच, स्मरणात असलेल्या कोटी गोष्टींपैकी एखादी विशिष्ट गोष्ट, तुम्ही आठवू इच्छिता त्या वेळी, नेमकी तुम्हास आठवत नाही. त्यासाठी ,या खोडसाळ आठवणींना कधी कधी सक्ती करणे आवश्यक ठरते. तुम्हाला हुलकावणी देणाऱ्या स्मरणांना कडक शिस्त लावावी लागते. लहान मुलांना आपण शिस्त लावताना ओरडतो का? रागवतो का? नाही. उलट युक्ती युक्तीने शिस्त लावतो. स्मरणाला शिस्त लावतानाही युक्त्या वापराव्या लागतात! विस्मृतीचं दुसरें नाव **तुमच्या मेंदूत एके काळी असलेली पण नंतर कधीतरी बाहेर पडलेली** माहिती! या माहितीला बाहेर पडण्यास अटकाव कसा करायचा? तिला कसं हाताळावयाचं? कामाला कसं लावायचं? त्या कार्यासाठी ज्या मार्गांनी अनेकांनी सफलता प्राप्त करून घेतली, माहिती उर्फ स्मरणाच्या खोडींना जे मार्ग पुरून उरले, त्यांचाच अभ्यास येथे केला आहे.

तुम्ही रोजच्या जगण्याच्या क्रियेत जवळजवळ सारं काही आरामात करीत आलात! पण तुम्ही आता मागत आहात ते प्रबळ स्मरण. प्रबळ स्मरण ही एक अशी चीज आहे की जी तुमचे आरामाचे जीवन तुम्हास बदलावयास लावेल; तुम्हाला कष्ट करायला भाग पाडेल! जे मार्ग आपण या पुस्तकाद्वारे शिकणार आहोत त्यापैकी काही मार्ग इतर मार्गांपेक्षा तुमच्याकडे जास्त कष्टांची मागणी करतील.

'कष्ट करावे लागणार असतील
तर नकोच आम्हाला हे स्मरण वाढीचे शिक्षण!"

थांबा; एकदम नाउमेद होऊ नका! वजन कमी करण्यासाठीची यंत्रे तुमचे लक्ष आपल्या जाहिरातीकडे खेचून घेतात. 'दहा दिवसांत एक हजार ग्रॅम कमी' करून देण्याची हे विक्रेते खात्री देतात. पुढच्या दहा दिवसात एकदम पाचपट म्हणजे पाच हजार ग्रॅम म्हणजेच पाच किलो वजन कमी होईल असाही दावा करतात. नेहमीच ग्राहकाला तात्काळ प्रचिती हवी असते; ताबडतोब गुण येणे सुरू व्हावयास हवे असते. तात्काळ संपूर्ण यशाची अपेक्षा असते!

झटपट आठवायला हवेच कशाला?

आपणही या सत्य परिस्थितीला मान्यता देऊ या. शिकायला एकदम सोप्या, एकशेएक टक्के (!) यश देणाऱ्या मार्गानीच स्मरणाला आपल्याला हवी तशी शीस्त लावू या. तुम्हाला कधीच दगा देणार नाहीत असे खात्रीशीर मार्ग खूप आहे तेच प्रथम शिकू या.

त्याचे काय फायदे होतील?

तुम्हाला भाषण यशस्वीपणे करायला येईल

तुम्ही परीक्षेत यश मिळवू शकाल.

तुम्ही मुलाखतीत निवडले जाल.

चार मंडळीत एकत्र येता, बोलता, खाता, पिता, चर्चा करता! अशा दरवेळी, इतरांवर आपली वेगळी छाप पाडू शकाल.

अनेक देशांत व स्वदेशातही अनेक ठिकाणी या स्मरणाच्या युक्त्या-प्रयुक्त्यांची प्रात्यक्षिके माझ्या वयाच्या पंधरा वर्षांपासून मी करीत आलो. माझ्या शिष्यांनी या युक्त्या माझ्याद्वारे ज्ञात करून घेऊन, नंतर स्वतःच्या जीवनात वेळोवेळी खरं सांगायचं तर भरपूर वेळा वापरल्या. प्रत्यक्ष जीवनात एका प्रसंगी केवळ दहाच गोष्टी, वा दहाच मुद्दे वा दहाच विचार वा काहीही तुम्ही निवडलेल्या माहितीचे दहाच संच आठवून हाती घेतलेले काम व्यवस्थित तडीस जाऊ शकते.

दहा गोष्टी क्रमाने वा क्रमबाह्य प्रकाराने ध्यानात ठेवणे ही सोपी कृती आहे. एकदा असे दहा- दहाचे माहितीचे गट ध्यानात ठेवण्यात तुम्हास प्रभुत्व आले की लगेचच, वीस गोष्टी, पन्नास गोष्टी, शंभर गोष्टी, त्याहूनही जादा गोष्टी, कशा लक्षात ठेवायच्या याबद्दलचे पूर्ण ज्ञान या पुस्तकातूनच तुम्ही घेणार आहात. विशेष म्हणजे एका गोष्टीला तुमच्या स्मरणात नीट जायला जेवढा वेळ लागेल, तेवढाच वेळ संचातील माहितीच्या तुकड्यांची संख्या कितीही असली तरी, दर तुकड्यास लागेल! एक गोष्ट लक्षात ठेवायला, मेंदूत साठवायला व थोड्या वेळानंतर तिला पुनश्च बाहेर काढायला अजिबात खास असे श्रम पडत नाहीत. हे केवळ काही सेकंदात घडते. एका वेळी एकच घास ही शीस्त पाळून आपण ताटभर जेवण फस्त करतो तसेच हे आहे.

एका वेळी मी २५ वस्तूंची नावे एकदा ऐकून क्षणभरच त्यावर मनन करून, लगेच पुन्हा हव्या त्या क्रमाने, सुलट, उलट म्हणून दाखवतो! अमेरिकेत एकदा मला एक २८ अंकी संख्या व्याख्यानाच्या सुरुवातीला सांगण्यात आली. व्याख्यान

४५ मिनिटे चालले. मला ही संख्या परत विचारली जाईल, तेही विचित्र रचनेमध्ये, याची पूर्व कल्पना देण्यात आलेली नव्हती. व्याख्यान संपल्यावर मला या २८ अंकी संख्येतील फक्त विषम आकडे संख्येच्या सुरुवातीपासून शेवटपर्यंत जात परत सांगावयास फर्मावण्यात आले. मी ते केले. शिवाय, संख्येतील पहिला, चौथा, सातवा, दहावा... असे, दरवेळी मध्ये दोन अंक टाकून पुढचा जो येईल तो अंक, मी म्हणून दाखवले.

तरीही तुम्ही आता माझे पुढचे वाक्य ऐकून जास्तच चकित व्हाल!

माझी जन्मजात स्मरणशक्ती तुमच्यापैकी प्रत्येकाजवळ असणाऱ्या स्मरणशक्तीपेक्षा कणानेही जास्त नाही! मला स्वतःला माझ्या स्मरणशक्तीने भूतकाळात अनंतवेळा फसवले, दगा दिला होता. त्या ठोकरी खाऊन मला शहाणपण आले मी स्मरणाची तंत्रे शिकून घेतली. युक्त्या आत्मसात केल्या. जादू वाटेल असे स्मरण हस्तगत केले.

स्मरणाची जादू खऱ्या जादूहून शिकायला सोपी आहे. जे जे माझ्याकडून वा माझ्या सारख्याच या विषयाच्या अभ्यासकांकडून स्मरणकला शिकले त्यांना त्यानंतर कसलेही स्मरण कधीच अवघड राहिले नाही. सहज सुलभ होऊन गेले. तुम्हालाही होईल.

स्मरणशक्ती कोण वाढवू शकतो? तुम्ही वाढवू शकता

एकच मर्यादा या विषयाला आहे. तुम्ही दुसऱ्या एखाद्याची स्मरणशक्ती वाढवू शकणार नाही! 'रेकी' नावाचा असा एक जपानी उपचार असतो, असं म्हणतात! रोगी समोर नसला, दूर अंतरावर असला तरीही 'रेकी' जाणणारा, आपल्याच जागी वा गावी बसून दुसऱ्या ठिकाणच्या रोग्याला या उपचार पद्धतीने बरे करतो. तसे स्मरणशक्तीच्या बाबतीतही रेकी शास्त्रात आहे का नाही, याबद्दल मी सांगू शकणार नाही. पण एक निश्चित! स्मरण वाढावे ही तुमची इच्छा हवी. स्मरण वाढीसाठी कुणी कष्ट करायचे या प्रश्नाचे उत्तर 'तुम्ही करायचे' असे आहे. येथे शिकवलेले उपचार वा संस्कार तुम्ही स्वतःच स्वतःवर करून घ्यावयास लागतील. थोडक्यात, हिप्नाटिझम, मेस्मेरिझम, टेलिपथी मध्ये असते तसे येथे तुम्ही फक्त माध्यम नव्हे! "मलाच माझे स्मरण वाढवावयाचे आहे," ही स्वयंसूचना आवश्यक आहे. कारण स्मरणकला ही कला वरील चारात मोडत नाही! स्मरणशक्ती कोण वाढवू शकतो याचे उत्तर 'ही इच्छा करणारा कुणीही' हे खरे उत्तर आहे. या

कामासाठी वय आड येत नाहा. शिक्षण आड येत नाही. कोणीही स्मरण सुधारू शकतो!

निरीक्षण, कल्पनाशक्ती व स्मरणशक्ती परस्परावलंबी आहेत

निरीक्षण व कल्पनाक्षमता या बहिणी-बहिणी आहेत. स्मरणाचे खेळ ही कौशल्ये वापरण्यासाठी तुम्हाला भाग पाडणारी करमणूक आहे. पण तुमच्या ध्यानातही येणार नाही अशी ही हळुवारपणे तुमच्याकडून करवून घेतली जाणारी, बुद्धीला व्यायाम देणारी पद्धत आहे. जर इतर देहाप्रमाणेच बुद्धी हा अवयव धरला तर बुद्धीतील स्मरणाचे कार्य करणारा भाग हा देहातील इतर चार स्नायूंप्रमाणेच एक स्नायूच आहे. स्नायूची हालचाल त्यास शक्ती प्राप्त करून देते. स्मरणाचे खेळ ही हालचाल घडवतात. यामुळे, तुमची करमणूक करता करता हे खेळ तुमच्यातील एकाग्रता, निरीक्षणक्षमता व कल्पनाशक्ती यांची क्षमता वाढवतात. साहजिकच या तिन्हींचा एकत्रित परिणाम तुमची स्मरणशक्ती वाढवण्यात होतो.

जगात कशाचेही स्मरण जे लक्षात ठेवायचे ते दुसऱ्या कुठल्या आधीच लक्षात ठेवलेल्या गोष्टींशी म्हणजेच नवे जुन्याशी जोडल्यामुळे निर्माण होते. जोडायची क्रिया दोन्ही गोष्टीत साधर्म्य शोधल्याने आपोआप घडू शकेल. त्या दोन गोष्टींसाठी आपण काही शब्द त्यांचे नाव म्हणून निश्चित केलेले असतातच. त्या दोन शब्दांच्या उच्चाराच्या वेळी घडणाऱ्या आवाजात साधर्म्य असू शकते. त्यांच्या अर्थात साधर्म्य सापडू शकते वा विरोध लक्षात घेता येऊ शकतो. कुठल्याही तार्किक कसरतीने एका शब्दातून दुसरा शब्द बनत असल्याचे आपल्या मनाला आपण पटवून देऊ शकतो. ही तार्किक कसरत करायला सोपी असते. शब्दातले एखादे अक्षर, संख्येतला एखादा आकडा बदलून आपण दोन भिन्न गोष्टी लक्षात ठेवू शकतो.

समजा, तुम्हाला एक फोन नंबर पूर्वीच लक्षात ठेवायला मिळाला आहे. तो नंबर आहे ३४३५९८. पण नंतर तो फोन नंबर बदलला. त्याच फोनचा नवा नंबर ३८३५९८ झालाय. किती प्रयत्न करूनही तो नवा नंबर जुन्याची जागा मेंदूत घेत नाही. येथे नेमकी तुम्हास जुन्याला नवे जोडायची संधी उपलब्ध आहे.

छोटे तुकडे करून मोठे मोठे काम पुरे होते

आपण जुन्या नंबरचे तीन भाग कापू. ३४... ३५... ९८. तसेच, नव्या

फोन नंबरचे तीन तुकडे ३८... ३५... ९८ असे बनतील. जुन्या नंबराचं निरीक्षण केल्यास नंबराची शेवटाची अंकजोडी ९८ ही असल्याचे ध्यानात येईल. दोन्ही नंबरातही ही जोडी कायमच आहे. म्हणजेच बदलली गेली नाही. नव्या नंबरातही शेवटची अंकजोडी ९८ हीच आहे. त्यामुळे नवा नंबर लक्षात ठेवताना हा एवढा तुकडा लक्षात ठेवण्याची वेगळी जरूर नाही हे लक्षात येईल.

आता जुन्या नंबरातील मधली अंकजोडी ३५ विचारात घेऊ. हीही जोडी नव्या नंबरात त्याच जागी तशीच अबाधीत राहिली आहे. याचा अर्थ जेव्हा जुना नंबर ३४३५९८ पाठ असतो, तेव्हा त्यातील ३५९८ एवढी संख्या आधीच तुमच्या ध्यानात असते. तुम्ही तुमच्या मेंदूत ही नोंद घेऊ शकता.

आता प्रश्न आला डाव्या टोकाच्या अंकजोडीचा! जुन्या नंबरात ३४ ही जोडी सुरुवातीला होती. ३४ या अंकजोडीची पुढची अंक जोडी ३५ असल्याने या दोन एका पुढच्या एक जोड्या आहेत हे त्यांचे वैशिष्ट तुम्ही पूर्वीच ध्यानात घेऊन लक्षात ठेवले होते. ३४ नंतर ३५ संख्या येते. जुना नंबरसुद्धा तुम्ही ३४, ३५, ९८ अशा तीन टप्प्यात लक्षात ठेवलेला होता.

नवा नंबर ३८३५९८ आहे. थोडक्यात, तुम्ही नव्या नंबरात केवळ पहिले दोन आकडे बदलले आहेत व ते ३४ जागी ३८ झाले आहेत. इथून पुढे दरवेळी तुम्ही प्रथम ३४, ३५ या एका पुढच्या एक दोन संख्या मनात आणा; त्यांना ९८ जोडा (ही तिसरी अंक-जोडी स्मरणात तुम्ही कायम केलेलीच होती!) आता फक्त एक करा. ३४ मधील ४ अंकाच्या जागी ८ अंक बदलून टाकायचा, असे मनामध्ये एक-दोन वेळा बिंबवा. या कामासाठी एकाग्रता लागेल.

मग सबंध नंबर तीन टप्प्यात, जुन्या, लक्षात असलेल्याच नंबरशी तुम्ही जोडून टाकू शकाल.

उजळणी

पायरी एक : शेवटची अंक जोडी ९८ मनात आणा. दुसरी व पहिली अशा दोन अंकजोड्या प्रथम एकदम मनात आणून जुना फोन नंबर मनात उभा करा. ३४३५९८.

पायरी दुसरी : शेवटच्या ३४ मधला ४ आता ८ झाला एवढाच बदल झाला आहे, एवढेच लक्षात ठेवा! ३४ म्हणताच ३८ मनात आपोआप येईल. कारण त्यासाठी तुम्ही पुरेशी एकाग्रता, आस्था दाखवलेली आहे.

पाठोपाठ नवा नंबर दोन टप्प्यात मनात उदय पावेल.

टप्पा १ : ३४३५९८ **टप्पा २ :** ३८३५९८

ज्यांना त्यांच्या स्नेह्यांचे बदललेले फोन नंबर्स लक्षात ठेवण्याची गरज पडते ते अशाच साध्या सुध्या पद्धतीने नव्या व जुन्यात साम्य व विरोध शोधतात. त्याआधारे जोड बनवतात व जोड लक्षात ठेवून नवा नंबर स्मरणात पुनर्निर्माण करतात.

दुसरे उदाहरण घ्या. जुना फोन नंबर ४२१२७१ आहे. नवा नंबर ५२१२७१ आहे. जर जुना तुमच्या ध्यानात असेल तर नवा याच पद्धतीने सहजपणे ध्यानात येईल. येथे तुम्ही मनाला पटकन सांगणार आहात,

"जुने ४२ ने सुरू होणारे खूपसे टेलीफोन नंबर्स आता इलेक्ट्रॉनिक-एक्स्चेंज झाल्यावर ५२ ने सुरू झाले!"

४२१२७१ ते ५२१२७१ हा स्मरणाच्या क्षेत्रातला प्रवास जुन्याशी नवे जोडत व जुन्यात अल्पसा बदल घडवून आणत तुम्ही पुरा केलात.

या दोन उदाहरणांच्या जागी तुमच्या आणखी दोन मित्रांचे जुने व नवे नंबर्स आता सरावा करता घ्या.

लक्षात येईल की फारच कमी श्रमात तुम्ही त्यांचेही नवे नंबर आता लक्षात ठेवले आहेत.

'स्मरणात काहीच नसते', 'स्मरणाची पाटी कोरी असते', असे कधी होतच नाही. त्यामुळे, स्मरणात जे असते त्यातूनच जोड शोधण्याच्या शक्तीमुळे म्हणजे निरीक्षणक्षमतेमुळे तुम्ही नवा टेलिफोन नंबर निर्माण करू शकता.

जुना नंबर नवा नंबर हा एकट्याने खेळायचा खेळ झाला! पण या मनाच्या खेळातून तुम्ही तुमच्या रोजच्या जीवनातली एक समस्या कायमची सोडवून टाकलीत.

या खेळात निरीक्षण व एकाग्रता दोनच गुणांचा तुमच्या मेंदूने वापर केला. म्हणजेच, निरीक्षण, एकाग्रता ही दोन्ही एकाच वेळी वापरली गेली. गरजेचे खेळात मनाने रूपांतर केल्याने हे नंबर लक्षात ठेवण्यासाठी तुम्ही जो वेळ खर्च केलात त्यातून करमणूकही झाली. कष्ट पडणे या जाणीवेची जागा करमणुकीला देऊन टाकल्याने शीण असा आलाच नाही.

स्मरणाचे खेळ या शब्दात खेळ या शब्दाचे स्मरण या शब्दाइतकेच महत्त्व आहे, हेही एक नवे सत्य तुमच्या ध्यानात आले.

पण खेळ खेळायची खरी मजा केव्हा येते? पत्ते खेळणे ही गोष्टच पाहू या. एखादा माणूस एकटाच खेळू शकतो. पेशन्स डाव हा उदाहरणार्थ असाच एकट्याने पत्ते हातात घेऊन खेळायचा खेळ आहे. पण आपण अगदी निर्वाणीची, एकलेपणाची वेळ आपल्यावर आली तरच 'पेशन्स' खेळतो. जरा इतर माणसे मिळू शकली की आपण पत्त्याचे इतर खेळ, जसे ब्रिज, रमी, असे करमणुकीकरता जास्त स्वीकार्य समजतो.

तेव्हा स्मरणाचे खेळ हे देखील इतर माणसांना सह घेऊन खेळणे अधिक मजेचे असते हे सहजी मान्य व्हावे. एकाग्रता व निरीक्षण यांबरोबरच एक तिसरीही शक्ती आहे. तिचे नाव कल्पनाशक्ती आहे.

एकातून दुसरे... दुसऱ्यातून तिसरे...

दोन गोष्टींशी नाते जोडून टाकणे हा जसा कल्पना लढवण्याचा एक सराव आहे तसाच तो एक फारच उत्कृष्ट असा करमणुकीचा स्त्रोत आहे.

कल्पनाशक्ती माणसाला किती विलक्षण पद्धतीने स्मरणशक्तीचे वरदान प्राप्त करून देते याची तुम्हाला कल्पनाही करता येणार नाही.

पेन्सिल व बल्ब हे दोन शब्द बघा. आहे का काही त्यांचा अर्थाअर्थी संबंध? नाही! अजिबात नाही! पण कल्पनाशक्तीचा वापर करणारा एका शब्दाच्या आधारे दुसरा शब्द' मनात आठवू शकेल.

पेन्सिल शब्द प्रथम मनात आणून त्यातून बल्ब हा शब्द कसा निर्माण करावयाचा त्याचे प्रात्यक्षिकच पुढे पाहा–

पेन्सिल...

पेन्सिलमध्ये शिसे असते...

शिसे जड धातू आहे...

जड यासाठी इंग्रजी शब्द 'हेवी' आहे, हे तुम्हास ठाऊक आहे...

हेवी च्या विरुद्ध अर्थाचा शब्द 'लाईट' हा आहे हे तुम्हाला ठाऊक आहे...

लाईट शब्दाचा बल्ब शब्दाशी तर प्रत्यक्ष, अत्यंत जवळचा संबंध आहे!

बघा! पेन्सिल शब्दातून तुम्ही एका शब्दाचा दुसऱ्या शब्दाशी सांधा किंवा जोड शोधणे या कलेने बल्ब शब्द स्मरणात जागृत करू शकलातच शकलात.

आता म्हणाल का पेन्सिलचा बल्बशी जोड लागेल तरी कसा? कशाचाही कशाचीही जोड लागू शकतो. फक्त कल्पनाशक्ती तुमच्याजवळ हवी.

माणूस म्हटला की त्याला काही गोष्टींचे स्मरण सुरवातीपासूनच असते. व असे जेथे जेथे थोडेफार मूळचे स्मरण असते तेथे तेथे जुन्या स्मरणवृक्षाला नव्या स्मरणाची पालवी फुटल्याशिवाय कधीही राहत नाही. पण हे आपोआप होत नाही. कल्पनाशक्ती वापरावीच लागते. स्मरण वाढवणे हा प्रयास नाही. हा अभ्यास नाही. हा केवळ एक साहित्य वा कला क्षेत्राप्रमाणेच कल्पना-विलास आहे. साहित्य, कला यांचा छंद लागावा लागतो. कारण छंद असेल तरच सराव होतो. छंदाचेच नाव खेळ आहे. खेळून खेळून सराव घडतो. पण त्याच वेळी करमणूकही होते.

करमणूक ही मानवी बुद्धीची अन्न, हवा, पाणी, व्यायाम, यासारखीच मूलभूत गरज आहे. स्मरणाचे खेळ हा शब्दप्रयोग म्हणूनच अत्यंत समर्पक शब्दप्रयोग ठरतो.

कल्पनाशक्ती धावली पाहिजे, परंतु याचा अर्थ, ती दुसऱ्याच्या मार्गानेच धावली पाहिजे, हे खरे नाही. ती तुमच्या स्वतःच्या वेगळ्या मार्गाने धावू शकते. उदाहरणार्थ पेन्सिलपासून बल्ब शब्दाकडे असेही कुणी एखादा जाईल.

पेन्सिल...

मग त्यातून आठवा शब्द पेन...

पेन आता कालबाह्य झाले. कारण पेनने हाताला शाई तर लागतेच पण कागदावरही धब्बा पडतो. धब्बा म्हणजेच इंग्रजी शब्द ब्लॉट...

Blot चे स्पेलींग जरासे बदलून Bolt शब्द तयार होईल...

विजेच्या चमकण्याला Bolt म्हणतात...

विद्युल्लता व वीज एकच.

विजेच्या दिव्याला बल्ब म्हणतात.

अखेर पोहोचलात की नाही पेन्सील शब्दापासून बल्ब शब्दापर्यंत? अर्थात येथे कल्पनेने लांबचा रस्ता घेतला. कल्पनाशक्ती तीव्र आहे का नाही हे जाणून घेण्याचा जणू हा एक रस्ताच तुम्हाला सापडला. जितका रस्ता लांबचा तितकी कल्पनाशक्ती कमी तीव्र होय. उत्तम कल्पनाशक्तीची खूण म्हणजे ती जवळच्या पायवाटेने जुन्या ज्ञात गोष्टींकडून लक्षात ठेवायला म्हणून तुम्ही स्वीकारलेल्या अगर तुम्हास दिलेल्या नव्या गोष्टीकडे जाते. पुढे दोन भिन्न वस्तू कल्पना करीत एकमेकीस जोडण्यासाठी देत आहे. यासाठी लागणाऱ्या कल्पना तुमच्या तुम्ही हव्या त्या लढवायच्या आहेत. हा तुमचा स्वतःचा कल्पनाविलास असेल.

उदाहरण म्हणून एका वस्तूच्या नावापासून निघून दुसऱ्या वस्तूच्या नावापर्यंत विविध कल्पना करीत कसे कुणी जाऊ शकेल हे ध्वनित करतील असे पुसटसे टप्पे पाहून ठेवा.

रस्ता एक (लांबचा) : हिरा सिगरेट

हिरा कॅरट भाजी पाने तंबाखू पत्ती सिगरेट

रस्ता दोन : (जवळची जणू पाऊलवाट) :

हिरा अंगठी रिंगा धुराची वलये सिगरेट

कल्पना करून जोडण्याचा सराव व्हावा म्हणून दिलेली उदाहरणे :

उदा. रोप शब्द पुस्तक शब्दाशी जोडा.

उदा. दरवाजा शब्द स्टँप शब्दाशी जोडा.

उदा. रबर बँड शब्द टाय शब्दाशी जोडा.

नवरा शब्द थर्मामीटरशी जोडायला स्त्रीवाचकांना पटकन् जमतो असा अनुभव आहे. तुमच्या जवळ असलेल्या पूर्वज्ञानाच्या आधारे तुम्ही वाटेल ती कल्पना करून एक शब्द दुसऱ्याशी जोडा. तुम्हास असे जोड सहजी जमतात याचा प्रत्यय येईल.

कल्पना करता करता तुम्ही स्वत:शीच खुदकन हसाल!

स्मरणशक्ती वाढवणे हा अभ्यास नव्हेच. हा एक छानपैकी विरंगुळा आहे.

❑ ❑ ❑

दिवस दुसरा

जुन्याला नवे जोडायचे शास्त्र नि कला

दिवस दुसरा

पूर्वी एक खेळ खेळला जाई. एका टेबलावर जमलेले सारे आपल्या जवळची एकेक वस्तू ठेवत. कुणी चष्मा, तर कुणी पर्स, तर कुणी हॅट, तर कुणी किल्ल्या तर कुणी रुमाल. मग खेळ सुरू होई. खेळ असा असे की प्रथम साऱ्यांनी खोलीबाहेर येऊन बसायचे. खोलीत त्या वस्तू मांडलेले टेबल असेल.

मग बाहेरच्या एकेकाने आत जायचे. टेबलावरच्या वस्तू बघायच्या. दोन मिनिट झाली की खोलीबाहेर यावयाचे.

खेळ एवढाच, की बाहेर आल्यावर त्याने एक कागद घेऊन त्यावर त्याला आठवतील तेवढ्या टेबलावरच्या गोष्टींची यादी करायची. मग घडी घालून तो कागद स्वतःच्याच खिशात ठेवायचा.

असं साऱ्यांनी करायचं. शेवटी साऱ्यांच्या कागदाच्या घड्यावरच्या आठवून लिहिलेल्या वस्तूंच्या एकूण आकड्याची तुलना टेबलावरच्या सर्व वस्तूंच्या संख्येबरोबर करायची. ज्याच्या यादीत सर्वांत जास्त वस्तू असतील तो यशस्वी! बाकी नापास!

या खेळात १०० टक्के सहसा कुणालाच आठवत नाही. विशेषतः वस्तू खूप असतील तर खूपशी खेळाडूंची नावे हमखास गळतात.

स्मरण अधांतरी लटकत राहूच शकत नाही

हे नावे गळणे विस्मरणाची खूण आहे. पण ती एवढेच सिद्ध करते की स्मरणाला आधार आवश्यक आहे. अधांतरी ते कधी उभे राहू शकत नाही.

आधीच्या **प्रकरणात** एका नावाला दुसऱ्या नावाचा आधार देणे कसे सोपे आहे ते आपण अनुभवले. हे आधार किती अनंत प्रकारचे असू शकतात हेही आपण शिकलोय. त्यापुढचा एक विषय येथेच शिकू या. आपल्याला जास्तीत जास्त लक्षात ठेवायचे नाही. तर सगळेच्या सगळे लक्षात ठेवायचे आहे. तसेच, आपल्याला आपण त्या वस्तू ज्या क्रमाने पाहिल्या त्या क्रमाने आठवायच्या आहेत. त्यासाठी कल्पनाशक्ती वगैरेच्या वापराने आपण एकेक वस्तू आधी पाहिलेल्या एकेका वस्तूशी म्हणजेच एकेका आधाराशी जोडून भागणार नाही. आपणाला त्या आधारांना क्रमाने आठवता आले पाहिजे. तरच आपणे क्रमाने अथपासून इतिपर्यंत सारे न चुकता आठवू शकू. मधलेच काही विसरल्यावर पुढचे सारेच विसरले असे घडणार नाही. असे क्रमबद्ध आधार खूप बाबतीत

तुमच्या संग्रही आधीच आहेत हे तुम्हास ठाऊक आहे का? पुढचे वाचा. तुम्हीच तुमच्याजवळच्या अक्षरांच्या खुंट्यांच्या अगणित मालिकांचे प्रकार पाहून थक्क व्हाल.

काही तुमच्या सदैव लक्षात असलेले क्रम

एक-दोन-तीन-चार तुम्ही व्हा बडे हुश्शार!

अंक गणितातील १ पासून पुढे क्रमाने येणाऱ्या संख्या :

जर एकेक वस्तू व एकेक आकडा यांच्यात तुम्ही काही कल्पना लढवून सांधा, जोड, संबंध... (असे काही की ज्यामुळे तो आकडा मनात येताच त्या वस्तूचे नाव आपोआप मनात येईल.) असे करू शकलात तर ओळीने खूप वस्तू तुम्ही लक्षात ठेवू शकाल. मात्र अंकांना वस्तूचे रूप प्रथम द्यावयास लागेल. कारण अंक ही वस्तू नाही. सर्व नाही तरी एक पासूनच्या पुढच्या काही मर्यादित संख्यांना वस्तूंचे रूप तुमचे आजपर्यंतचे वाचन, सामान्य ज्ञान निश्चित पुरवू शकते.

बालगीतात सापडेल तुम्हाला तुमची चूक

(चूक म्हणजे खिळा, खुंटी, हूक!)

इंग्रजी माध्यमाच्या शाळेतील मुलांना पुढील नर्सरी ऱ्हाईम पाठ असते.

One Two, buckle my shoe
Three four, shut the door
Five six, rub the vicks
Seven Eight, open the gate
Nine Ten a big fat hent!

(सोयीसाठी मूळ कवितेतला एखाद दुसरा शब्द बदलला तरी Poem मुख्यत्वे नर्सरीतीलच आहे हे तुमच्या लक्षात येईल!)

या पंक्तींत दोन-दोन अंकाच्या जोडीतील दुसरा आकडा उच्चार साम्य असलेल्या नामाशी फारच छानदार जुळतो हेंही तुम्ही अनुभवले असेल.

Two-shoe, Four-Door, Six-Vicks, Eight-Gate, Ten-Hen.

पण काव्यात सर्व विषम अंकांना समान उच्चार असणाऱ्या नावांच्या वस्तू

उपलब्ध नाहीत. हरकत नाही! तीही वस्तू यादी आपण उच्चार-साम्यांचा आधार घेऊन तयार करू शकू.

त्या आधारांवर १, ३, ५, ७ व ९ या अंकांसाठी वस्तू ठरवून टाकू या.

अंकोच्चार	**समान उच्चार असलेला शब्द**
वन्	सन् (Sun)
थ्री	ट्री (Tree)
फाईव्ह	हाईव्ह (Hive)
सेव्हन	हेवन (Heaven)
नाईन	वाईन (Wine)

आता एक ते दहा अंकांना आपण जी वस्तुरूपे दिली ती ओळीने पाठ करू या. वन... सन; टू... शू; थ्री... ट्री; फोर... डोअर; फाईव्ह... हाईव्ह; सिक्स... व्हिक्स; सेव्हन... हेवन; एट... गेट; नाईन... वाईन; टेन... हेन.

बघा, तुमच्या रोजच्या परिचयाच्या वस्तूंच्या नावांतून एक ते दहा आकड्यांना तुम्ही रूपे बघता बघता देऊ शकला.

समजा, तुम्हाला कुणी त्यांच्या खोलीतल्या दहा वस्तूंची नावे एकदा ऐकून परत क्रमाने म्हणावयास सांगितली तर?

वरच्या दहा शब्दांना आधार खुंट्या असे स्मरणशास्त्रात म्हटले जाते. तुम्ही कुठल्याही दुसऱ्या वस्तू कल्पनेने या वस्तूंपैकी एकेकीला जोडू शकला तर त्या खोलीतीलच काय पण कुठल्याही दहा वस्तूंची नावे एकदा ऐकून क्रमशः सांगू शकाल. इतकेच काय, वस्तू सांगितली की आधार खुंटी आठवू शकाल व आधारखुंटी आठवली की क्रमांकाचा अंकही सांगू शकाल. आधले-मधलेही सांगू शकाल. क्रमशः सांगण्याची आवश्यकताच राहणार नाही. या वस्तू आधार खुटींना जोडायच्या कशा ते नंतर पाहू. आता आणखी एक खुंट्याचा सेट बनतो का ते पाहू.

देहाची तिजोरी...

तुमचा देह हाच खुंट्यांचा खजिना आहे. पावलापासून केसांपर्यंत एकेका अवयवाचे नाव आधारखुंटी म्हणून चालू शकेल. लक्षात ठेवायलाही सोपे जाईल.

१) पाऊल, २) नडगीचे हाड ३) गुडघा ४) मांडी ५) बेंबी ६) छाती ७) गळा ८) नाक ९) कपाळ १०) केस.

तुमच्या लक्षात येईल की देहाचे निरीक्षण करताना आपण सरळ वर उर्ध्व रेषेत पावलापासून डोक्याच्या केसांपर्यंत सरकत गेलो आहोत. वाटेत काही अवयव जोडीने अस्तित्वात होते. जसे पावले, नडग्या, गुडघे, मांड्या. त्यातला एककेच आपण निवडला. तसेच सरळ वर रेषेत सरकत अवयव निवडल्याने आपण आजूबाजूला नजर टाकलीच नाही. म्हणून हात, नाकपुड्या, डोळे वगळून टाकले. हे धरले तर आधार खुंट्या दहाच काय पण जास्तही (पंजा, कोपरे, दंड, खांदा, तोंड, डोळा) नावे खुंटी म्हणून वापरायला मिळाली असती. हीही क्रमाने लक्षात ठेवायला जमले असते.

त्यामुळे त्यांचा क्रम लक्षात ठेवायला अती सोपा होऊन गेला. कुठल्याही दहा वस्तूंची नावे आता तुम्ही १ पासून १० पर्यंतची सारी क्रमाने विचारली तरी सांगू शकाल. किंवा उलट्या क्रमाने विचारली तरी सांगू शकाल.

उलट्या क्रमाने या खुंट्या वा आधार वस्तूंची नामावली अशी होईल.

केस, कपाळ, नाक, मान, छाती, बेंबी, मांड्या, गुडघे, नडगी, पाऊले. या आधार यादीत १ पासून पुढच्या क्रमाचे येणाऱ्या १० आकड्यांच्या खुंट्यांच्या यादीत एक गुण अभावाने दिसेल. तेथे तुम्ही ६ क्रमांकांची किंवा २ क्रमांकाची वस्तू कोणती ते सहा वा दोन शब्द उच्चारले तरच सांगू शकाल.

पण लोकांना तुमची आधार/खुंटी शरीराचे अवयव आहेत. हे थोडेचं ठाऊक आहे? कुणी पोट शब्दापाशी तुम्ही कोणती वस्तू जोडून लक्षात ठेवली आहे ते कधीच विचारणार नाही. इंतरांना आकडे ठाऊक आहेत. कारण तो क्रम गणितींनी, ठरवून ठेवला आहे. तसे अवयवांचा क्रम दुसऱ्या कुणी ठरवून सर्वज्ञात केलेला नाही. तो तुमच्या कल्पनेने जन्म दिलेला आहे.

केवळ दहा वस्तू उलट सुलट म्हणून दाखवायच्या असतील, किंवा एका आड एक वस्तू सांगायच्या असतील तर ही आधार खुंटींची क्रमवारी उत्तम काम देईल. अर्थात १ ते १० अंक ह्यांच्या वरच्या खुंट्या तुम्ही प्रयत्नपूर्वक पाठ केल्या तर ही अडचण दूर होते.

आपल्या संस्कृतीतील संख्या-संकेतांची मदत

आता १० शब्दांकडून १५ शब्दांकडे वाटचाल करू. आपल्याला जर १५ शब्द ऐकून घेऊन जसेच्या तसे म्हणून दाखवायचे असतील तर आपणाजवळ १५ आधार शब्द उर्फ खुंट्या तयार हव्या.

१ ते १० अंक फक्त १० खुंट्या देतात.

शरीराचे अवयवही १० पर्यंतच ओळीने आठवू शकतात.

जर १५-२० -२५ शब्द लक्षात ठेवायचे असतील तर तेवढ्या आधार खुंट्या तयार करायला हव्या.

या तुम्हाला भारतीय अंक-संकेतांच्या साहाय्याने तयार करता येतील.

सर्व ज्ञात संकेत बऱ्याच संख्यांबद्दल आहेत. त्यातले फक्त १५ संकेत पुढे पाहू या. संख्या उच्चारताच हे १५ शब्द तुमच्या सहजी मनात येतील. त्यांचा आधार घेऊन मग तुम्ही १५ शब्द लक्षात ठेवायला घेऊ शकाल.

शून्य = ब्रह्मदेव

एक = एकलव्य

दोन = नेत्र

तीन = त्रिशूल

चार = चतुश्रृंगीची जत्रा

पाच = पंचामृत

सहा = रस (उसाचा)

सात = इंद्रधनुष्य

आठ = अष्टविनायक

नऊ = नवग्रह

दहा = दशानन (रावण)

अकरा = रूद्र

बारा = पत्रिका (बारा राशी)

तेरा = विडा (त्रयोदशगुणी विडा)

चौदा = (चौदावे रत्न) = छडी

पंधरा = पूर्णचंद्रबिंब (पौर्णिमेचे).

सोळा = पूजा (षोडसोपचार पूजा) वगैरे, वगैरे.

या आधार-खुंट्या तुमच्या स्मरणात जेवढ्या पक्क्या कराल तेवढे चांगले. केवळ या खुंट्यांशी जोड सांधून तुम्ही क्रमाने, उलट क्रमाने किंवा आधून मधून कुठल्याही क्रमाने निदान सोळा वस्तू लक्षात ठेवू शकला.

पण संख्यांना अंत नसतो. १ ते १० किंवा १ ते १५ खुंट्या असे काही संच स्मरणात पक्के ठोकून बसवा तर खरं.

तुमच्या कल्पनाशक्तीची तुम्हाला तरी कुठेय कल्पना?

कल्पनाशक्तीच्या साहाय्याने खुंटीला शब्द कसे अडकवायचे याचे नियम आपण शिकून टाकू. नियमांमुळे कल्पनाशक्ती अधिक चांगले काम देते असा अनुभव आहे.

तत्पूर्वी, एका माणसाने मला जो प्रश्न माझ्या एका कार्यक्रमाअंती केला होता त्याचे उत्तर देऊ. प्रश्न असा होता :-

"समजा मी आज तुम्ही ज्या १० किंवा १५ (थोडक्यात जितक्या माझ्या स्मरणात मी क्रमबद्ध खुंट्या उर्फ आधार कायम स्वरूपी बनवून ठेवले होते तितक्या) वस्तूंची नावे केवळ एकदा ऐकून परत म्हणून दाखवली, ती यादी आजपासून ५ वर्षांनी विचारली तर सांगू शकाल का?"

या प्रश्नांचे उत्तर 'हो' हे आहे तसेच 'नाही' हेही आहे.

जर मी 'हो' म्हणणार असेन तर मला पुढीलपैकी काहीतरी करावे लागेल.

१) जी १० खुंट्यांची किंवा १५ खुंट्यांची यादी मी पाठ करून ठेवली आहे व यादीला मी त्यांचे १० शब्द जोडले आहेत त्यांना मी चिरस्थायी रूप द्यावयास हवे. एक महिनाभर आठवड्यातून एकदा मी ते शब्द मनात पक्का केलेला खुंट्यासह आठवावे. पुढे दर महिन्याच्या १ तारखेला तसेच त्या यादीचे खुंट्यांच्या शब्दासह पुर्नस्मरण करावे. तसेच मग पुढची ५ वर्षे वर्षातून दोनदा ते शब्द आठवावे. असे केले की ती यादी ५ वर्षेच काय, पण जन्मभर मी लक्षात ठेवू शकतो.

२) वरील विधान जोपर्यंत तुम्ही तीच खुंट्यांची यादी दुसरे, नवे १०-१५ शब्द लक्षात ठेवायला वापरली नाही तोपर्यंतच 'सत्य' आहे असे म्हणता येईल. नवे शब्द व नवे जोड यांमुळे पहिले सांधे कच्चे होतात. तसेच त्यामुळे नव्या याद्यांचे स्मरण अचूक होण्यातही काही वेळा अडचणी येतात.

३) असे कधी घडूच नये म्हणून एकच उपाय आहे. जर तुम्हाला अमूक एक यादी ५ वर्षांनंतर विचारली जाईल असे आधीच सांगण्यात आले असेल तर तुम्ही एक करायचे! त्यासाठी वापरलेली ती विशिष्ट खुंट्यांची यादी व ते विशिष्ठ १०-१५ शब्द परत कधी वापरावयाचेच नाहीत.

म्हणजेच तुमच्या संग्रही पर्यायी २-४ खुंट्यांच्या याद्या तयार ठेवायला हव्या.

या पर्यायी याद्याच इथून पुढे तुम्ही स्मरणाच्या कामांसाठी वापरू शकाल. थोडक्यात मध्यंतरी आठवणीत नसेल तर पाच वर्षानंतर आज ऐकलेले सहज कोणीच स्मरणात ठेवू शकत नाही.

दर प्रसंगासाठी वेगळा वेगळा सेट

एका कामाला, मग ते काम म्हणजे परीक्षा द्यायचे असो वा व्याख्यान तयार करायचे असो वा इतर कुठलेही असो, १० वस्तू क्रमाने लक्षात असणे पुरेसे असते. नव्या दहा गोष्टी मग तुम्ही या जुन्या वस्तूंच्या नावांना जोडून लक्षात ठेवू शकता.

इतकेच नव्हे, तर अशा दहा-दहा खुंट्यांचे अनेक शब्द संच तुम्ही स्वतःच तयार करून ठेवू शकता. त्यातल्या दर संचाचा उपयोग एकेका नव्या कामासाठी करू शकता. एका संचाच्या साहाय्याने तुम्ही परीक्षेच्या एका प्रश्नाचे उत्तर तयार करू शकाल तर दुसऱ्या संचाच्या आधारे दुसऱ्या प्रश्नाचे उत्तर तयार करू शकाल. आणखी एखादा खुंट्यांचा संच तयार करून तुम्ही तो इतर कामांना राबवू शकाल.

विशेष म्हणजे खुंट्यांचे असे संचच संच बनवणे फार सोपे आहे. तुमचं घर, तुमचं ऑफीस, तुमचा कारखाना, अशापैकी कशाचीही तुम्हास मदत होईल.

पुढील काही संचांचे वर्णन सिद्ध करेल की सारे संच-साहित्य तुमच्यापाशी अखंड मौजूद आहे.

पहिला संच : यासाठी तुम्ही सरळ १ ते १० आकडेच निवडावे हे पूर्वीच सुचवले आहे.

दुसरा संच : यासाठी तुमचे पायापासून डोक्यापर्यंतचे अवयव तुम्हास मदत करतील.

तिसरा संच : यासाठी तुम्ही तुमचे ठाऊक असलेले संख्या संकेत वापरू शकता. ते १५ आहेत.

तिसरा संच : येथे सुरुवात तुम्ही राहता त्या फ्लॅटच्या दिवाण खान्यापासून करा. घड्याळाचे काटे जसे डावीकडून उजवीकडे फिरत राहतात तशी तुमची नजर दिवाणखान्यातील एकेका वस्तूवरून क्रमशः फिरवा.

१) सोफा, २) टीपाय ३) बुकशेल्फ ४) T.V. ५) टेलिफोन ६) वॉल क्लॉक ७) पेंटिगची फ्रेम, ८) खिडक्यांचे पडदे ९) पेलमेट, १०) सिलिंग फॅन.

(तुमच्या दिवाणखान्यात जशी मांडणी असेल तशी तुमची यादी बनू शकेल.)

चौथा संच : दिवाणखान्यातून सरळ किचनमध्ये चालत जा. डावीकडून उजवीकडे स्वयंपाक घराच्या दारातच उभे राहून गोलाकार नजर फिरू द्या. हा मिळाला नवा संच.

१) डायनिंग टेबल २) खुर्च्या ३) डब्यांचे शेल्फ ४) ओटा ५) गॅस ६) सिंक ७) मिक्सर ८) कचऱ्याची बादली, ९) हात पुसणे १०) किचनमधील फ्लोरोसंट ट्यूब.

पाचवा संच :

चला बेडरूमकडे.

१) कपाट २) उशा पांघरुणे ठेवलेले शेल्फ ३) डबलबेड ४) गाद्या ५) उशा ६) चादर ७) ड्रेसिंग टेबल ८) नाईट लँप ९) मच्छरदाणी १०) घड्याळ.

या नमुन्यांनी तुम्हास पटावे की असे अनंत संच तुम्ही तुमची बाथरूम, तुमची बाग, तुमचे ऑफीसात बसायचे ऑफीस यातील ठळक वस्तूंची क्रमवार यादी करीत मिळवू शकाल. दहा किंवा पंधरा किंवा वीस, तुम्ही जो आकडा ठरवाल तेवढ्या खुंट्यांचा एकेक संच बनवू शकाल. नंतर अल्पकाळ दैनंदिन उजळणी करता त्यांचा क्रम व दर वस्तूचे नाव एकत्रित आठवू शकाल.

आता तुमच्यावर केवळ, १० च वस्तूंची नावे एकदाच ऐकून मी पुन्हा म्हणून दाखवतो' असं म्हणायची वेळ येणार नाही. दोन संच जोडलेत की तुमच्याजवळ वीस खुंट्या तयार झाल्या. पाच संच एकत्र जोडून तर तुम्ही ५० गोष्टी एकदा ऐकून घेऊन या पन्नास खुंट्यांच्या साहाय्याने त्यांना जोडलेल्या कल्पनेतल्या सांध्यासह मनात आणू शकाल व अंत:चक्षूंनी तो जोड पाहताच पटापट पन्नासच्या पन्नास नावे पुन्हा म्हणून दाखवू शकाल.

असे सोपे आहे हे खुंटीचे शब्द तयार करायचे काम. हे वाचल्यावर क्षणभर तुम्हाला अडचणीच्या वेळी तुमच्याच एखाद्या पँटच्या हिप पॉकेटमध्ये शंभराची नोट सापडल्यावर जसा आनंद होतो तसा आनंद होईल. हे सारे स्मरणाचे साहित्य आपल्याजवळ सज्ज आहेच की या जाणीवेने आता तुमचा आत्मविश्वास वाढणार आहे.

स्मरण वृद्धीसाठी प्रथम हवा आत्मविश्वास. मग येतो क्रमांक क्षमतेचा. पटले का?

येथपर्यंत आपण १५ खुंट्या स्मरणासाठी तयार केल्या. पण समजा, जर

तुम्हाला तुमची क्षमता अशी मर्यादित करायची नाही! तर मग तुम्हाला तुमच्या खुंट्यांची संख्याही अमर्याद वाढवावी लागेल. दर अंकास एक अक्षर वा अनेक अक्षरे ठरवून टाकली की हेही शक्य होते.

दशमान पद्धतीच्या दशभुजात वसलेले अक्षर-विश्व

या जगात; अंक, जे मनुष्यनिर्मित आहेत, ते सोडले तर अमर्याद असे काहीही नाही असे Infinity नामक पुस्तकात लेखकाने म्हटले आहे. तुम्ही कितीही मोठी संख्या सांगा, त्यात १ मिळवून पुढची संख्या मिळतेच. या क्रियेला शेवटच नाही.

यामुळे ० ते ९ अंकात विश्वातील सारे काही मावते असे गृहीत धरू या. साऱ्यात भाषाही आली. विश्वातल्या प्रत्येक वस्तूला नाव असते. म्हणजेच शब्दाशिवाय वस्तू नाही व अक्षराशिवाय शब्द नाही.

एकूण मूळ अंक दहाच आहेत.

० १ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९

भाषा स्वर व व्यंजने यांनी बनते. इंग्रजी भाषेतील वर्णाक्षरे मराठीपेक्षा कमी त्यामुळे दहा अंकात सारी वर्णाक्षरे वाटणे थोडे सोपे आहे.

स्मरणाला ज्ञात ज्ञानातील एखादी खुंटी लागते. भिंतीला खिळा, चूक, खुंटी, हूक असे काही असले तरच भिंतीवर तुम्ही पिशवी, काठी, टोपी, कपडा वगैरे काहीही टांगू शकाल. स्मरणात ठेवण्यासाठी काहीही नवा शब्द, नवे नाव, नवी वस्तू मिळाली की ती स्मरणात आधीच असलेल्या एखाद्या गोष्टीला मनाने चिकटवता येईल. जुनी वस्तू आठवली की नवी सहज आठवेल. या जुन्या वस्तूंना या पुस्तकात खुंटी म्हटले आहे. खुंटी उर्फ आधारशब्द. लक्षात ठेवायच्या शब्दाला विषयवस्तू वा विषय शब्द म्हणू.

वर्णाक्षरे २६. येथे अंक तर केवळ दहा. त्यात ही वाटायची तर दर अंक एकापेक्षा जास्त वर्णांचे प्रतिनिधित्व करणारा हवा. व दर अंक ज्या ज्या अक्षरांचं प्रतिनिधित्व करेल असे आपण ठरवू ती सर्व अक्षरे अंकासह आपल्याला लक्षात ठेवायला हवी.

अंक वा संख्या यांना क्रम असतो. अनेक गोष्टींचे स्मरणही आपण क्रमानेच करतो. एकावेळी एकच लक्षात घेतो. ते लक्षात ठेवले की पुढचे लक्षात ठेवतो. त्यामुळे अंकाआधारे खुंट्यांचे शब्द बनवण्यात सोय झाली आहे. आपण त्या

क्रमाने येणाऱ्या संख्यासहच क्रमाने मनात येणारे शब्द सुलभतेने आठवू शकू.

अंक वा संख्या व त्यास जोडलेला शब्द पाठ केले तरी स्मरणाचा भरवसा धरता येत नाही. आयत्या वेळी ते दगा देते. यावर अंकाक्षर पद्धती हा उपाय शोधून काढला गेला. अंक कळताच अंकातून खुंटीचा शब्द बनवत खुंटी आठवायला मदत होईल. समजा ४ अंकास तुम्ही र हे अक्षर दिले. ४४ या संख्येसाठी दोन र चा बनलेला शब्द खुंटी म्हणून ठरवलात. र + र = रोअर. जरी ४४ संख्येला खुंटी शब्द काय होता हे आठवले नाही तरी ४४ मधील दर ४ च्या जागी र अक्षर घाला. तुमचे रर हा Clue घेऊन पटकन 'रोअर' या खुंटीच्या पूर्वी तोंडपाठ करून ठेवलेल्या शब्दाची आठवण परत ताजी करेल.

संख्या-संकेत खुंटीसाठी वापरले तर त्यात ही सोय नाही. १२ संख्येसाठी राशी हा खुंटी-शब्द स्मरण राहिले तरच आठवणार. स्मरण गेले तर १२ ज्योतिर्लिंगे आपण ठरवली होती का बारा बलुते शब्द आपण ठरवला होता का बारा महिने आपण खुंटी म्हणून नियुक्त केले होते असा गोंधळ उडेल. अंकाक्षर पद्धतीत स्मरण कमी धोका देते असा तुम्हीही अनुभव घ्याल.

मनाच्या झी टीव्हीवर अंकाक्षरी मैफल

इंग्रजी वर्णांना अंकमूल्य दिले तर नव्या पिढीला सोपे जाईल असे वाटले.

१ = T, D, Th, Dh (मराठी = त, थ, द, ध, ट, ठ, ड, ढ) :

कारण मीमांसा अशी–

टाळू व दात यांना जीभ स्पर्शून उच्चारायचे सारे T या गटात घालतात. १ = T हे लक्षात ठेवणे सोपे आहे. कारण T मध्ये एकच उभी रेघ आहे, तशीच १ मध्येही एकच उभी रेघ तुम्हास दिसेल!

२ = N (मराठी–न, ण)

कारण मीमांसा अशी–

दाताची धारेची बाजू जिभेने स्पर्शल्या विना सोडा. दातांचा संपूर्ण आतला पृष्ठभागही स्पर्शू नका. तुम्हाला मग न वा ण म्हणताच येणार नाही. म्हणून न व ण दोनखाली घातले. इंग्रजी भाषिकांना वेगळे स्पष्टीकरण देता येईल. N अक्षरात दोन उभ्या रेघा तुम्हाला दिसतील. न व ण एकच कारण इंग्रजीत ण हे व्यंजन वेगळे मानलेलेच नाही. इंग्रजीत न व ण एकच.

३ = M (मराठी–म)



कारण मीमांसा अशी–

M मध्ये तीन उभ्या रेघा (विशेषतः Small m मध्ये) दिसताहेत.

४ = R (मराठी–र)

कारण मीमांसा अशी–

इंग्रजीत फोर म्हणताना नुसते फोऽ ऽ म्हणतात. 'र'हा सर्वात कर्कश स्वर असूनही इंग्रजीत र Silent ठेवतात. विशेषतः र शब्दाच्या अंती येतो तेव्हा. इंग्रजी माणूस शेवटी र असलेले शब्द पुढीलप्रमाणे उच्चारतो.

शब्द	खास English उच्चार.
Butter	बटऽऽऽ

Rather राऽदऽऽऽ

Hyper हायपऽऽऽ

हे जरा विचित्र वाटते. पण इंग्रजी वा अमेरिकनांना हेच खास उच्चार प्रिय आहेत. त्यामुळे मी Four साठी R गंमत म्हणून निश्चित केला.

५ = L (मराठी–ल)

कारण मीमांसा अशी–

हे रोमन संख्यात ५० संख्या व्यस्त करणारे अक्षर असे मी वाचले. मला गंमत वाटली. म्हणून ५ = L मी स्वीकारले. ल सह ळ हेही अक्षर ५ खालीच जाते, हे सांगायला नकोच.

६ = J, Jh, Z, Sh, Ch, Chh (मराठी–ज, झ, च, छ, व, श)

कारण मीमांसा अशी–

J या अक्षराकडे नीट पाहा. J आरशात L असा दिसेल ना? तसेच J हा आकार 6 अंकासारखाच दिसतो की नाही? म्हणून ६ साठी J हेच व्यंजन योग्य वाटले. च, छ, ज, झ, हा मराठीत एकच गट आहे. म्हणून सारे J च्या पाठोपाठ 6 च्या घरी गेले. मराठीत ज हे अक्षरच मुळात 'च'च्या गटातले आहे. म्हणून 6 च्या घरात च व छ ही जाऊन बसले. श सहाखाली घालण्याचे कारण म्हणता येईल की च व श उच्चारताना जीभ जवळजवळ सारखीच वळते.

इंग्रजी W अनुच्चारितच असतो. तर खूप इंग्रजी अक्षरात W ला काहीच उच्चार दिलेला नसतो. (उदाहरणे Throw, bow, crow वगैरे.) तेव्हा सारे स्वर कुठल्याच अंकाखाली घालायचे नाहीत हे ठरताच A, E, I, O, U, च्याच रांगेत W ही जाऊन बसला. तीच कथा य या अक्षराची. Y लाही स्वरचाच इंग्रजी भाषेत खूपदा दर्जा दिलेला आढळतो. किंवा अनुच्चारित राहण्याचा मान मिळतो. (उदाहरणे म्हणून पुढच्या शब्दात Y असूनही य उच्चारात येत नाही हे पाहताच Y लाही AEIOUW प्रमाणेच अंक न देता ठेवण्यात आले.)

Pay = पे

Away = अवे

Say = से

सर्वत्र अे (म्हणजे स्वराच्या जागी Y जातोय.

इंग्रजीत H हा सुद्धा बऱ्याच वेळा अनुच्चारित आढळला. An hour म्हणताना अवर शब्दाच्या सुरुवातीला व्यंजन ह आहे तरीही शब्दाची सुरुवात स्वराने झाली

की त्यास An पुढे जोडावे हा नियम इंग्रजांनी का लागू केला? कारण h यालाही त्यांनी आ उच्चारातच ढकलले. आवर शब्दाच्या उच्चारात ह कुठे आहे? Spelling मध्ये मात्र ह उर्फ H घातल्याशिवाय Hour लिहिलाच जात नाही. म्हणून H लाही स्वर मानून अंक गटातून हकलले.

7 = K, G (मराठी–क, ख, ग, घ)

कारण मीमांसा अशी–

दोन इंग्रजी 7 उलटसुलट जोडून K लिहायला KG त शिकवतात.

K बरोबर G हे अक्षर घातले कारण G चा उच्चार ज या जागी इंग्रजीत क्वचित वापरतात. प्रत्यक्षात G = ग असेच आढळते (उदाहरणार्थ God पाहा. Good पाहा!). त्यामुळे क वर्गातलाच ग व गसह घ नि क सह ख ठेवणे हे योग्य ठरेल.

ह ला तर अर्थ नाही, h हा स्वर आहे असे मानले आहे. ख = kh, घ = Gh, म्हणून म्हणायला हरकत नसावी. स्वर शब्दात वा अक्षरात असून नसल्यासारखा मानायचे आपण ठरवले, मग ग नि घ एकच किंवा क नि ख एकच मानायला काय हरकत आहे?

८ = F, V (मराठी–फ, व्ह, व)

कारण मीमांसा अशी–

इंग्रजी फ ऐवजी व्ह उच्चार करतात. फाईव म्हणत नाहीत. इंग्रजी फ्वाईव्ह असा काहीसा उच्चार करतात. (देव जाणे, का?) म्हणून फ नि व एकत्र ठेवले. आता ८ व फ एकत्र कसे आले? इंग्रजी Small F = 8 जोड निश्चित इंग्रजी 8 सारखाच दिसतो असे काही म्हणतात. घालू जर ८ मध्येच फ देखिल. म्हणून ८ = F व V नि W मानले.

9 = p, b, bh (प, ब, भ)

कारण मीमांसा अशी–

इंग्रजी 9 उलटा फिरवला की p दिसतो का बघा. म्हणून 9 = P. हाच p खाली डोके, वर पाय करून लिहून बघा. b. तेव्हा 9 = b (मराठीत ब नि भ bh) समजायला काय हरकत आहे?

0 = स

कारण मीमांसा अशी–

सारी मराठी व्यंजने १ ते ९ मध्ये केवळ स सोडून वाटून झाली. तेव्हा ०

= न समजायला काहीच हरकत नसावी.

या खुंटीपद्धतीस मराठीत 'अक्षरांक' किंवा 'अंकाक्षर पद्धत' म्हणू. इंग्रजीत हिला न्यूमॉनिक्स पद्धत म्हणतात.

ही अंकाक्षरे कष्ट घेऊन आत्मसात करून टाका. उपयोगी वाटली तर कारण मिमांसा मदतीला घ्या. पण हे १ ते ९ अंक व त्यात वाटलेली व्यंजने पाठ होणे अत्यावश्यक आहे.

सरते शेवटी एक नियम सांगतो :

क, का, कि, की, कु, कू, को, कौ, कः साऱ्या बाराखडीतल्या (कं सोडून) साऱ्या अक्षरांचा अर्थ या इंग्रजी अंकाक्षर पद्धतीत ७ च होणार! फ, फा, फि, फी, फु, फू, फे, फै, फौ, फः हे सारे केवळ ८ अंकच दर्शविणार!

वेगळ्या शब्दात, या पद्धतीत वेलांटी स्वर व मात्रा यांना वेगळे स्थान नाही. मात्रा, काना, उकार, ओकार वा वेलांटी वगैरे जोडण्यापूर्वी अक्षरांचा जो अर्थ, तोच त्या जोडल्यावरही अक्षरांक भाषेत अर्थ! केवळ शब्दोच्चाराच्या सोयीसाठी त्या जागोजागी आहेत असे मानायचे! तसेच, ही पद्धत h ला जसे स्वरच मानते तसेच, य लाही स्वरच मानतो, हेही लक्षात ठेवा.

एकदा ही अंकाक्षर पद्धती आत्मसात करा की स्मरणाची गुहाच तुमच्यापुढे उघडली असे समजा!

उद्या जरा ह्या अंकाक्षर पद्धतीच्या १ ते ५० च्या खुंट्यांचा आणखी अभ्यास करू. ५१ ते ९९ च्या खुंट्या तुम्हालाही त्या तशा का बनवल्या ते नंतर आपोआप समजेल. नंतर तुम्ही १००० पर्यंत खुंट्या बनवू शकाल.

गंमत तर बघा!

एका वेळी एक हजार शब्द फक्त एकदा ऐकून जसेच्या तसे म्हणून दाखवणे सामान्याला शक्य आहे?

हे तर ईश्वरीच वरदान म्हणायला हवे.

पण हे वरदान तुम्हालाच आहे!

फक्त हा कोर्स गंभीरपणे पुरा करा. पुढची खुंटी शब्दांची यादी खरोखरच रोज थोडी थोडी पाठ करू लागा.

इंग्रजी वर्णमाला व मराठी भाषा यांचा संगम करणे शक्य आहे हे आधुनिक मराठी विज्ञान-वाङ्मयाने सिद्ध केले आहे. इंग्रजी वर्णमाला सर्व परिचित आहे. पण प्रतिभा क्षेत्रात, तसेच कल्पना विलासात मराठी भाषेचे महत्त्व मराठी माणसाला

अनन्य साधारण आहे. म्हणून पहिल्या शंभर आकड्यांसाठी पुढील खुंट्या मराठी भाषेत बनवल्या आहेत.

खुंटीचा शब्द वस्तूचे नाव हवे. म्हणजे ती एखाद्या रूपात अंतःचक्षूंनी पाहता येते व ती वस्तू दुसऱ्या वस्तूच्या नावाला जोडता येते.

परंतु अक्षरांक किंवा अंकाक्षर पद्धती वापरून आपण पुढे जे १०० शब्द बनवले आहेत त्यात असे खूप शब्द दिसतील की ते कुठल्याच वस्तूचे नाव बनू शकले नाही. म्हणून अशा दर ठिकाणी त्या शब्दाच्या पुढे त्या शब्दाने जी वस्तू अभिप्रेत आहे त्या वस्तूचे नाव कंसात लिहिले आहे.

प्रत्येक आकडा हा दोन अंकी कल्पला आहे. त्यामुळे पहिल्या १ ते १०० शब्द-आकड्यांच्या बाबतीत पहिला अंक आपोआप ० येईल. आपल्या १ ते १० अंकांना जी व्यंजने आपण निश्चित केली त्यात शून्य साठी 'स' हे व्यंजन निश्चित केले आहे. जेव्हा तुम्ही फक्त पहिल्या १०० आकड्यांना घेऊनच काही स्मरणात ठेवत असाल तेव्हा खुंटीचा दोन अक्षरी शब्द दुसऱ्या कुठल्याही विषय-वस्तूच्या नावाशी जोडायला काहीच हरकत नाही. असे करण्यात काहीच अडचण येणार नाही.

फायदा : तुम्ही तुमच्या खुंटी-शब्दांची मर्यादा १०, किंवा १५ किंवा २० किंवा २५ अशी आता तोटकी ठेवायची गरजच नाही. तुम्ही एका वेळी १० भिन्न भिन्न शब्द एकदाच ऐकून पुन्हा ओळीने, उलट क्रमाने वा मधलेच कुठलेही केवळ स्मरणाने सांगण्याचा चमत्कार करू शकाल. **'गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड'**मध्ये तुमचे नाव येईल. स्मरणशक्ती क्षेत्रातले जागतिक विक्रमांना छोटे, खुजे बनवू शकाल.

साधन इथेच आहे. गरज आहे ती परिश्रमांची. देवाने तुम्हाला स्मरणशक्तीचे वरदान दिलेलेच आहे. फक्त तुम्ही व वरदान यात एक दरी आहे. परिश्रमांची गॅप आहे. पण ते श्रम कमी करणारे तंत्रही आता तुमच्या स्वाधीन आहे.

पहिले शतक झळकावून जिंकू पहिला सामना

आता पाहू या शंभर खुंट्या. यातला प्रत्येक शब्द दोन अक्षरी बनवला आहे. ० ते ९ हे एकेरी अंक असले तरी त्यांच्या पुढ्यात शून्य जोडून दोन अंकी संख्या बनल्या.

शंभर खुंट्यांची अंकाक्षर पद्धतीखालील दोन अक्षरी शब्दांची पहिली यादी–

००	ससा	२५	नेल	५२	लोन	७७	कूक
०१	सोडा	२६	नाझ	५३	लामा	७८	कॅफे
०२	सीन	२७	नेक	५४	लेअर	७९	कॅब
०३	सीमा	२८	नाईफ	५५	लीली	८०	फेस
०४	सार	२९	नॅप	५६	लॅच	८१	फीट
०५	साल	३०	मिस	५७	लीक	८२	फोन
०६	साचा	३१	मेट	५८	लीफ	८३	फेम
०७	सागा	३४	मेअर	५९	लीप	८४	फर
०८	सेफ	३५	मील	६०	शीसा	८५	फाईल
०९	सभा	३६	मॅच	६१	चिट	८६	वॉच
१०	डास	३७	माईक	६२	चेन	८७	वीक
११	टीथ	३८	मुव्ही	६३	चम	८८	वेव्ह
१२	टीन	३९	मॉब	६४	चेअर	८९	वीप
१३	टमी	४०	रेस	६५	चिल	९०	पस
१४	टूर	४१	रॅट	६६	चाचा	९१	बोट
१५	टेल	४२	रेन	६७	चॉक	९२	बोन
१६	टच	४३	रोम	६८	चेफ	९३	बाम
१७	टोकिओ	४४	रोअर	६९	जीप	९४	बीअर
१८	थीफ	४५	रेल	७०	किस	९५	बेल
१९	टब	४६	रीच	७१	कॉट	९६	बीच
२०	नीस	४७	रॉक	७२	कॉईन	९७	बुक
२१	नाईट	४८	रूफ	७३	गेम	९८	पफ
२२	नन	४९	रोप	७४	कार	९९	पाईप
२३	नेम	५०	लेस	७५	कोल	१००	टॉसेस
२४	नीरो	५१	लाईट	७६	कोच		

हा दिवस १०० खुंट्यांचे शब्द शिकून आपण कामी लावला. ठराविक रूपातच खुंटीसाठी निवडलेली वस्तू पाहायला हवी. निवडलेला शब्द वस्तूचे मात्र नसेल तरी त्या शब्दाचे वस्तूकरण करून घेतल्याशिवाय त्या शब्दास विशिष्ट रूप बहाल करता येणार नाही.

उदाहरणार्थ. वरील काही खुंट्यांच्या शब्दांना मी विशिष्ट रूप माझ्यापुरते बहाल केले आहे. जसे चम शब्द मला माझा वर्गमित्र सुरेश गुप्तेचीच आठवण करून देणार!

(केवळ मार्गदर्शनासाठी हे वाचावे. हे रूप तुम्ही स्वतः दिल्यास त्याच रूपात ती खुंटी तुमचे अंतःचक्षू सुलभतेने पाहू शकते.)

शंभराकडून थेट हजाराकडे झेप

हा दिवस तुम्हाला पहिल्याच फेरीत विलक्षण चमत्कार करून दाखवेल. तुमच्या स्मरणशक्तीने इतर चकीत होतील. पण हा दिवस लवकर संपवू नका. कारण हा दिवस पुन्हा पुन्हा जगण्याचा दिवस आहे.

''मला तुम्ही पुढचे मोजके महिने द्या! मी तुम्हाला जागतिक कीर्ती प्राप्त करून देतो!'' असे म्हणायचा मला मोह व्हावा एवढे मूल्यवान इथे अनेक वर्षांच्या परिश्रमाने मी स्वतः तयार केलेले येथे सर्वांसाठी देऊन टाकत आहे.

या सर्व खुंट्या माझ्या मातृभाषेतील मराठी शब्दांच्या आहेत. पर्यायाने पुढील खुंट्यांची यादी ही **मराठी माणसाचीच केवळ जहागीर आहे.** आता सरळ खुंट्यांची यादी पाहू. सुरुवातीचे नमन म्हणून पुन्हा एकदा अंक व अक्षर यादी मनात नीट घोटायची.

१ = T = ट. मराठी–त, थ, द, ध, ट, ठ, ड, ढ (त्यांच्या काने मात्रा, उकार, इकार, नि वेलांट्या सह म्हणजेच १ मध्ये केवळ त नाही तर त, ता, ति, ती, तु, तू, ते, तै, तो, तौ व तः हे सारे ध्वनित होतील.)

२ = N = न. मराठी–न, ण. (काने मात्रा, उकार, इकार, नि वेलांट्या सह)
३ = M = म. मराठी–म फक्त ('')
४ = R = र. मराठी–र फक्त ('')
५ = L = ल. मराठी–ल, ळ ('')
६ = J = ज. मराठी–ज, झ, च, छ, ब, श ('')
७ = K = क. मराठी–क, ख, ग, घ ('')
८ = F = फ. मराठी–फ, व. ('')
९ = P = प. मराठी–प, फ, ब, भ. ('')

० = S =स. मराठी–स फक्त (’’)

रोज १० शब्द या वेगाने तुमचा दैनंदिन अभ्यास, व्यवसाय, नोकरी, वा इतर उद्योग संभाळून तुम्ही पुढील यादी मोजक्या दिवसात नक्की आत्मसात करू शकाल.

शंभर खुंट्यांची अंकाक्षर पद्धतीतील तीन अक्षरी शब्दांची यादी क्र. २

००१	सुस्त	०२६	सांज	०५१	सॅलड	०७६	साक्ष
००२	सुहासीनी	०२७	संघ	०५२	सलून	०७७	सख्खा
००३	सासूमा	०२८	स्नफ	०५३	सलीम	०७८	सुगावा
००४	सुसर	०२९	स्नॉब	०५४	सॅलरी	०७९	सीकेपी
००५	सौ-साल	०३०	सामोसा	०५५	सल्ला	०८०	सुवास
००६	सॉसेज	०३१	समाधी	०५६	स्लेज (हातोडा)	०८१	सवत
००७	सहसुखी	०३२	आस्मान	०५७	सिल्क	०८२	सायफन
००८	सिसवी	०३३	सिम्मी	०५८	सेल्फ	०८३	स्वामी
००९	ससोबा	०३४	समीर	०५९	सुलभा	०८४	स्वार
०१०	साधासा	०३५	सिमला	०६०	साजीस	०८५	सावळी
०११	सट्टा	०३६	समाज	०६१	सुष्ठ	०८६	स्वीच
०१२	सैतान	०३७	हसमुख	०६२	साजणी	०८७	सेवक
०१३	सुदामा	०३८	समवर्थी	०६३	सुषमा	०८८	सव्वा
०१४	सतार	०३९	सुंभ	०६४	सीझर	०८९	स्वीप
०१५	सुतळी	०४०	सरस	०६५	सुशील	०९०	स्पेस
०१६	सतीश	०४१	सुरत	०६६	सज्जा	०९१	सपीटी
०१७	सडक	०४२	सरण	०६७	सूचक	०९२	साबण
०१८	साध्वी	०४३	सुरमा	०६८	सुझाव	०९३	सापमुह
०१९	स्टॉप	०४४	श्रीहरी	०६९	सी-शॉप	०९४	सुपारी
०२०	सायनस	०४५	सुरळी	०७०	सकस	०९५	सापळा
०२१	सोंड	०४६	सूरज	०७१	सूक्त	०९६	सब्जी
०२२	आसन्न	०४७	सरकी	०७२	सुकाणू	०९७	स्पोक
०२३	सिनेमा	०४८	सर्फ	०७३	सुगम	०९८	सब-वे
०२४	सोनार	०४९	सर्प	०७४	सिगार	०९९	साईबाबा
०२५	सोनाली	०५०	स्लाईस	०७५	सकाळ	१००	थिसीस

ज्या महत्त्वाकांक्षी वाचकांना ३०० आकडी संख्या वाचून पुन्हा म्हणून दाखवायची आहे, त्यांना १०१ ते ९९९ पर्यंतच्या सर्व संख्यांसाठी प्रतिके तयार करून ठेवलेली पुढे १ मध्ये सापडतील. वरच्या व पुढच्या संख्यांची मिळून १०० शब्दांची ३०० आकडी संख्या बनू शकेल. कुठलेही अंक प्रेक्षक निवडू द्यात. कुठलीही ३०० आकडी संख्या प्रेक्षक तुम्हास लक्षात ठेवावयास देऊ द्यात. तुम्ही हे १००० शब्द पाठ करायचे. ही झाली या प्रयोगात विषय-वस्तूंची यादी.

शंभर खुंट्याच्या पहिल्या यादीचा एक खास उपयोग :

नंतर दुसरी एक खुंटी-वस्तूंची यादी १ ते १०० पर्यंत तुमच्या जवळ हवी. तरच त्या खुंट्यांना कल्पना विलासाने १ ते १०० तीन अक्षरी शब्द जोडता येणार.

यासाठीही अंकाक्षर पद्धतीने बनवलेल्याच दोन अक्षरी शब्दांच्या खुंट्या वापरा. त्यात शून्य पुढ्यात जोडून दर संख्या दोन अंकी केली आहे. १०१ ते १००० आकड्यांचा संच पुढेच देत आहे.

१०१ ते १००० संख्यांकरिता अंकाक्षरी पद्धतीने बनवलेल्या खुंट्या. तीन अक्षरी शब्दांच्या खुंट्यांची यादी क्रमांक २ अ

१०१–तस्त,	१०२–ढोसणी,	१०३–देसम्,
१०४–दसरा,	१०५–ठिसूळ,	१०६–डिसिझ,
१०७–डेस्क,	१०८–अढेसिव्ह,	१०९–हॉटसूप,
११०–तडस,	१११–तटट्या,	११२–तद्न्य,
११३–दादीमा,	११४–दातार,	११५–ताटली,
११६–दाहीदिशा,	११७–दोडका,	११८–ताटवा,
११९–धडपा,	१२०–डान्स,	१२१–दांडू,
१२२–टॅनीन,	१२३–डायनामो,	१२४–डिनर,
१२५–तान्हुली,	१२६–धनुष्य,	१२७–टांगा,
१२८–दानव,	१२९–टोणपा,	१३०–तामसी,
१३१–टोमॅटो,	१३२–ताम्हन,	१३३–इतमाम,
१३४–ताम्र,	१३५–तमळी,	१३६–तमाशा,
१३७–धमकी,	१३८–एसएमव्ही,	१३९–ताम्ब्या,
१४०–टेरेस,	१४१–तोरड्या,	१४२–धरणी,

१४३–ट्राम,	१४४–तर्र,	१४५–ड्रील,
१४६–तराजू,	१४७–ट्रक,	१४८–द्रव्य,
१४९–दर्भ,	१५०–तुळस,	१५१–डालडा,
१५२–दळण,	१५३–तालीम,	१५४–डॉलर,
१५५–दिल्ली,	१५६–आदिलशाही,	१५७–टेल्को,
१५८–तलाव,	१५९–ढलपी,	१६०–डचेस,
१६१–डिजिट,	१६२–डझन,	१६३–दशमी,
१६४–तिजोरी,	१६५–डिझेल,	१६६–डच्चू,
१६७–टिचकी,	१६८–ताजवा,	१६९–तेजाब,
१७०–टॅक्सी,	१७१–तिखट,	१७२–दुकान,
१७३–आडकमाई,	१७४–टुकार,	१७५–टकळी,
१७६–दीक्षा,	१७७–धक्का,	१७८–टिकाव,
१७९–टी-कप,	१८०–दिवस,	१८१–टफेटा,
१८२–दावणी,	१८३–डीफेम,	१८४–टॉवर,
१८५–टॉवेल,	१८६–त्वचा,	१८७–टवका,
१८८–घुव्वा,	१८९–देवपया,	१९०–टिपूस,
१९१–दुपटे,	१९२–दाभण,	१९३–दीपम्,
१९४–दुपार,	१९५–टपाल,	१९६–टोपाझ,
१९७–टोबॅको,	१९८–दबाव,	१९९–थप्पी,
२००–NCC,	२०१–नास्टा,	२०२–इन्सेन,
२०३–नसीम,	२०४–नासर,	२०५–नेसल,
२०६–नेसूचे,	२०७–नासिका,	२०८–Unsafe,
२०९–न्यायसभा,	२१०–नोटीस,	२११–न्युडिटी,
२१२–अनुदान,	२१३–ॲनाटमी,	२१४–नादारी,
२१५–नाताळ,	२१६–अंदाज,	२१७–नाटक,
२१८–नेटिव्ह,	२१९–एनटेबी,	२२०–अननस,
२२१–नंदी,	२२२–नन्ना,	२२३–न्यूनम्,
२२४–ननरी,	२२५–नानल,	२२६–अन्नाशय,
२२७–नानक,	२२८–नेणीव,	२२९–अण्णाभाऊ,
२३०–एन्मास,	२३१–निमूट,	२३२–नमन,
२३३–निम्मी,	२३४–नम्र,	२३५–एर्नेमल,
२३६–नमाज,	२३७–नमक,	२३८–एन एम् व्ही,

२३९–निंब,	२४०–नर्स,	२४१–नृत्य,
२४२–नारायण,	२४३–निरमा,	२४४–नरहर,
२४५–नारळ,	२४६–नाराजी,	२४७–नरक,
२४८–नॉर्वे,	२४९–निरोप,	२५०–अनलस,
२५१–नालेओढे,	२५२–नायलॉन,	२५३–निलायम,
२५४–अणुलहरी,	२५५–न्हायलेली,	२५६–निळीशाई,
२५७–नेल्को,	२५८–निळव,	२५९–निळुभाऊ,
२६०–नॉचेस,	२६१–निष्ठा,	२६२–निशाण,
२६३–निझाम,	२६४–नजर,	२६५–नशीली,
२६६–निश्चय,	२६७–नाशिक,	२६८–नाशीव,
२६९–नशीब,	२७०–हिणकस,	२७१–नागडी,
२७२–नायकीण,	२७३–निगम,	२७४–नगारा,
२७५–निकाल,	२७६–नकाशा,	२७७–नेगगी,
२७८–नाखवा,	२७९–नीकॅप,	२८०–नवस,
२८१–नावाडी,	२८२–नाविन्य,	२८३–नवमी,
२८४–निवारा,	२८५–निवळी,	२८६–नयावेश,
२८७–नाविक,	२८८–नव्वी,	२८९–नव्याबाई,
२९०–नापास,	२९१–नौबत,	२९२–निपाणी,
२९३–अणुबॉम्ब,	२९४–नीबर,	२९५–निपल,
२९६–निपज,	२९७–नापीक,	२९८–निभाव,
२९९–नबाब,	३००–मिसेस,	३०१–मस्ती,
३०२–मसण,	३०३–मोसम,	३०४–मिशर,
३०५–मिसळ,	३०६–मसाज,	३०७–मस्का,
३०८–आमसेवा,	३०९–M.S.E.B.,	३१०–मिठास,
३११–मदत,	३१२–मदन,	३१३–मध्यम,
३१४–मदर,	३१५–मेडल,	३१६–माताजी,
३१७–मोदक,	३१८–माधव,	३१९–मुडप,
३२०–मानस,	३२१–मांड्या,	३२२–मनन,
३२३–मुनीम,	३२४–मणेर,	३२५–मीनल,
३२६–मंच,	३२७–मणका,	३२८–मानव,
३२९–म. न. पा.,	३३०–मामासह,	३३१–ममता,
३३२–मेहमान,	३३३–मम्मी,	३३४–मेमरी,

३३५–मामला,	३३६–मामाजी,	३३७–मिमिक,
३३८–महामायावी,	३३९–मुंबई,	३४०–आमरस,
३४१–मराठे,	३४२–मरण,	३४३–मुरूम,
३४४–मीरर,	३४५–मुरली,	३४६–मिरची,
३४७–मृग,	३४८–मोरवी,	३४९–महीरप,
३५०–म्हाळसा,	३५१–मालती,	३५२–मलीन,
३५३–मलम,	३५४–मलेरिया,	३५५–मल्ल,
३५६–मलेशिया,	३५७–मालक,	३५८–मौलवी,
३५९–मळभ,	३६०–मिजास,	३६१–मशीद,
३६२–मशीन,	३६३–म्युझिअम,	३६४–मजूर,
३६५–मशाल,	३६६–मज्जा,	३६७–मॅजिक,
३६८–माचवा,	३६९–मुजीब,	३७०–मॅक्सी,
३७१–माकड,	३७२–मकाण,	३७३–एम्.कॉम,
३७४–मगर,	३७५–मोगलाई,	३७६–मगज,
३७७–मख्खी,	३७८–मागोवा,	३७९–मेकप,
३८०–अमावास्या,	३८१–मेवाड,	३८२- मेव्हणी,
३८३–मायावी यम,	३८४–महावीर,	३८५–मावळा,
३८६–मावशी,	३८७–मॅफ्को,	३८८–माय वाईफ,
३८९–माफीया बॉय,	३९०–म्हापसा,	३९१–मापटे,
३९२–मापणी,	३९३–मायभूमी,	३९४–उंबरा,
३९५–मोपला,	३९६–अंबुज,	३९७–अंबिका,
३९८–आंबीव,	३९९–अम्बुपे,	४००–रस्सी,
४०१-रस्ट-,	४०२–रसना,	४०३–रसम्,
४०४–रेसर,	४०५–रसाळ,	४०६–रसज,
४०७–रसिक,	४०८–रुसवा,	४०९–रेसीपि,
४१०–रेडिअस,	४११–अरीदूत,	४१२–रूदन,
४१३–ऋतुमयी,	४१४–रडार,	४१५–रोटली,
४१६–रिटझ्,	४१७–रडका,	४१८–रडवी,
४१९–रतीब,	४२०–रन्स,	४२१–रांड,
४२२–रिनाउन,	४२३–राणीमा,	४२४–रनर,
४२५–रिन्युअल,	४२६–रेंज,	४२७–रांग,
४२८–रन-वे,	४२९–रेनबो,	४३०–रूम्स,

४३१–रेमिडी,	४३२–रोमन,	४३३–रायामामा,
४३४–ऱ्हुमर,	४३५–रुमाल,	४३६–रमेश,
४३७–आर्यमुखी,	४३८–आरामवय,	४३९–रंभा,
४४०–रोअरी सी,	४४१–आरारुट,	४४२–रेअर हनी,
४४३–हरे राम,	४४४–रिअर हेअर,	४४५–रुरल,
४४६–हिरेराशी,	४४७–हायरार्की,	४४८–रौरव,
४४९–हीरे-रूपे,	४५०–रेल्स,	४५१–रिॲलिटी
४५२–रल्हन,	४५३–आर्लेम,	४५४–रोलर,
४५५–हीरालाल,	४५६–रेलीश,	४५७–रेलिक,
४५८–रेलवे,	४५९–रोलअप,	४६०–राजस,
४६१–रिश्ता,	४६२–रेशन,	४६३–रेशीम,
४६४–रेझर,	४६५–रेषाळ,	४६६–राजेश,
४६७–रेचक,	४६८–रझवी,	४६९–राजाभाऊ,
४७०–रॉक्स,	४७१–रक्त,	४७२–राखण,
४७३–रखुमाई,	४७४–रुकार,	४७५–रीगल,
४७६–रिक्षा,	४७७–एअर कूक,	४७८–रेखीव,
४७९–रिकिब,	४८०– रेक्स,	४८१–रेवडी,
४८२–रावण,	४८३–रफूमिया,	४८४–रेफरी,
४८५–रावळ,	४८६–रिवाज,	४८७–हेअर-विग,
४८८–रफ्फू,	४८९–रवा पोहे,	४९०– रोप्स्,
४९१–रबडी,	४९२–रोपणी,	४९३–रूपमयी,
४९४–रिपेअर,	४९५– रूपाली,	४९६–रूपीज,
४९७–अरबी आखे,	४९८–रीबफ,	४९९–रुबाब,
५००– लस्सी,	५०१–लीस्ट,	५०२–लसूण,
५०३–एलसीएम्,	५०४–अल्सर,	५०५– लेस्ली,
५०६–एल्साईझ,	५०७–लास्की,	५०८–आळस हवा,
५०९–लीस्प,	६१०– लाडीस,	५११–लढत,
५१२–लाटणे,	५१३–लिथिअम,	५१४–लीडर,
५१५--लोटली,	५१६–लाडाची,	५१७–लाडकी,
५१८-·लतीफ,	५१९–लताबाई,	५२०– लीनसा,
५२१–लेंडी,	५२२–लेनीन,	५२३–लोहनियम,
५२४–लोणारी,	५२५– लोनली,	५२६–लोणचे,

५२७–लंका,	५२८–लहानवय,	५२९–लाईनअप,
६३०– लॅमास,	५३१–लिमिट,	५३२–लमाण,
५३३–ओला हमाम,	५३४– अलमारी,	५३५–आळीमिळी,
५३६–ओले मोजे,	५३७–लिमका,	५३८–लिम्फ,
५३९–लॅम्प,	५४०– लोहरस,	५४१–लॉर्ड,
५४२–लर्न,	५४३–अलार्म,	५४४–लहरी हेर,
५४५–लॉरेल,	५४६–ॲलर्जी,	५४७–लार्क,
५४८–लार्व्हा,	५४९–लहरी पै,	५५०– लालसा,
५५१–ललीता,	५५२–लोळण,	५५३–लालीमा,
५५४–ऑईल लेअर,	५५५– लल्लू,	५५६–लालची,
५५७–लोलक,	५५८–लीलाव,	५५९–लीलाबाई,
५६०– ल्युशिअस,	५६१–लॅचेट,	५६२–लोचन,
५६३–लेझीम,	५६४–लेझर,	५६५– लाजाळू,
५६६–लुच्चा,	५६७–लचक,	५६८–ओलाचाफा,
५६९–लेझीबाई,	५७०– लक्स,	५७१–लॉकेट,
५७२–लेखणी,	५७३–लगाम,	५७४–लॉकर,
५७५–लोकल,	५७६–लक्ष,	५७७–लकाकी,
५७८–लघवी,	५७९–लॉकप,	५८०– लिहावेसे,
५८१–लवाटे,	५८२–लवण,	५८३–लव्ह-मी,
५८४–लिव्हर,	५८५– लव्हाळे,	५८६–लीव्हज्,
५८७–लव्ह-हग,	५८८–लिफाफा,	५८९– लाईफ बॉय,
५९०–लोभस,	५९१–लापट,	५९२–लेपन,
५९३–आलबम,	५९४–लेपर,	५९५–लेबल,
५९६–लापशी,	५९७–लिपिक,	५९८–अल्पवयी,
५९९–लो-पाईप,	६००– चॅसीस,	६०१–शीस्त,
६०२–शीस्न,	६०३–जीस्म,	६०४–शीसारी,
६०५– शिसाळे,	६०६–जेसीओज,	६०७–शासक,
६०८–शीसवी,	६०९–जे सॉप,	६१०–ज्युडास,
६११–चट्टा,	६१२–चेतन,	६१३–छब्बी,
६१४–चादर,	६१५–शीतल,	६१६–शेटजी,
६१७–चटक,	६१८–चढाव,	६१९–झुडूप,
६२०–छानसा,	६२१–शेंडी,	६२२–जनाना,

६२३–जन्म,	६२४–जुनेर,	६२५–चॅनेल,
६२६–चंची,	६२७–शिंक,	६२८–जानवे,
६२९–जनाब,	६३०–जेम्स,	६३१–जमात,
६३२–चिमणी,	६३३–शम्मी,	६३४–चामरे,
६३५– शेमला,	६३६–चमचा,	६३७–शिमगा,
६३८–एच.एम.व्ही.,	६३९– शिंपी,	६४०–चरस,
६४१–शर्ट,	६४२–जीर्ण,	६४३–शर्मा,
६४४–शरीर,	६४५–शिराळ,	६४६–चर्चा,
६४७–शार्क,	६४८–चरवी,	६४९–चरबी,
६५०–जलसा,	६५१–शील्ड,	६५२–चाळणी,
६५३–झेलम,	६५४–जेलर,	६५५– जलाल,
६५६–शैलेश,	६५७–शुल्क,	६५८–शल्फ,
६५९–शिल्प,	६६०– जीझस,	६६१–शिष्ठ,
६६२–शोषण,	६६३–जाजम,	६६४–शिशिर,
६६५– चिझल,	६६६–जज्ज,	६६७–शुष्क,
६६८–शैशव,	६६९–शश्प,	६७०– चौकस,
६७१–शेकोटी,	६७२–जखीण,	६७३–जखम,
६७४–शिकारी,	६७५– चकली,	६७६–शिक्षा,
६७७–शिक्का,	६७८–चहा कॉफी,	६७९–जेकब,
६८०– श्वास,	६८१–शिफ्ट,	६८२–जेवण,
६८३–शिवम्,	६८४–शॉवर,	६८५–शेवाळे,
६८६–शिवाजी,	६८७–शेवगा,	६८८–चुव्वा,
६८९–शिवबा,	६९०– जिप्सी,	६९१–शेपूट,
६९२–शबाना,	६९३–जपम्,	६९४–शबरी,
६९५–झबले,	६९६–शाबाशी,	६९७–चाबूक,
६९८–झोपव्या,	६९९–झब्बा,	७००– गुस्सा,
७०१–कॅसेट,	७०२–घासणी,	७०३–कुसूम,
७०४–कासार,	७०५– कुसळ,	७०६–एक्साईझ,
७०७–कास्क,	७०८–कुसवा,	७०९–कसब,
७१०– खडूस,	७११–गडद,	७१२–कढण,
७१३–गीतमयी,	७१४–कदर,	७१५–कातळ,
७१६–एकादशी,	७१७–कोडगा,	७१८–गाढव,

७१९–खडप,	७२०–कणीस,	७२१–कांदा,
७२२–खन्ना,	७२३–गनिम,	७२४–कण्हेरी,
७२५–कॅर्नाल,	७२६–कुंची,	७२७–कणिक,
७२८–कणव,	७२९–कुणबी,	७३०–खमीस,
७३१–कमोड,	७३२–कमान,	७३३–किमाम,
७३४–कॅमेरा,	७३५– कमळ,	७३६–गमजा,
७३७–कॉमिक,	७३८–गुंफा,	७३९–कांब,
७४०–कोरस,	७४१–कोर्ट,	७४२–किराणा,
७४३–कॅरम,	७४४–करार,	७४५–कारळे,
७४६–खुर्ची,	७४७–कर्क,	७४८–गारवा,
७४९–कुरुप,	७५०–कळस,	७५१–कोलीत,
७५२–गाळणे,	७५३–कलमी,	७५४–कूलर,
७५५–कल्ले,	७५६–कलश,	७५७–गलका,
७५८–कुल्फी,	७५९–कलप,	७६०– कोशीस,
७६१–कशीदा,	७६२–कुशन,	७६३–क्षमा,
७६४–कचरा,	७६५–काजळ,	७६६–कज्जा,
७६७–कजाग,	७६८–काजवा,	७६९–केचप,
७७०– केक्स,	७७१–काकडी,	७७२–कोकण,
७७३–कोकम,	७७४–कुकर,	७७५– कोकिळा,
७७६–कक्षा,	७७७–कक्कू,	७७८–काकवी,
७७९–काकूबाई,	७८०– खवीस,	७८१–कवठ,
७८२–कवन,	७८३–कॅफेहोम,	७८४–गोवऱ्या,
७८५– कवळी,	७८६–कवच,	७८७–गावकी,
७८८–कव्वा,	७८९–कॉफीबिया,	७९०– कापूस,
७९१–कपाट,	७९२–गामण,	७९३–यागभूमी,
७९४–कबर,	७९५– कपाळ,	७९६–कुब्जा,
७९७–कुभाग्य,	७९८–कापीव,	७९९–कप्पा,
८००– व्हाईसेस,	८०१–वस्ती,	८०२–व्यसन,
८०३–विस्मय,	८०४–वासरू,	८०५– व्हेसल,
८०६–वासाची,	८०७–व्हिस्की,	८०८–फसवा,
८०९–व्हेस्पा,	८१०– वडस,	८११–वातट,
८१२–वदन,	८१३–फातिमा,	८१४–फादर,

८१५–वातुळ,	८१६–फडशा,	८१७–वादक,
८१८–फतवा,	८१९–वाढपी,	८२०–व्हीनस,
८२१–वँड,	८२२–फन्ना,	८२३–विनिमय,
८२४–वानर,	८२५–फिनेल,	८२६–विचू,
८२७–वागे,	८२८–वणवा,	८२९–वैनीबाय,
८३०–फेमस,	८३१–व्होमिट,	८३२–वामन्या,
८३३–हवाई मोहीम,	८३४– हॅवमोर,	८३५–विमल,
८३६–व्हीम्ज,	८३७–व्हिम्को,	८३८–फुम्फा,
८३९–वाब,	८४०– विरस,	८४१–वरात,
८४२–वरण,	८४३–वरमाई,	८४४–विरार,
८४५–वारूळ,	८४६–वर्षा,	८४७–वर्ख,
८४८–वार्फ,	८४९–फरेब,	८५०–वळसा,
८५१–फिल्ड,	८५२–वेळणी,	८५३–फिल्म,
८५४–व्हिलर,	८५५–वल्ली,	८५६–वेलची,
८५७–विल्की,	८५८–व्हाल्व्ह,	८५९–विलाप,
८६०– व्हिशस,	८६१–विष्ठा,	८६२–वजन,
८६३–वीषमय,	८६४–विजार,	८६५– वशीला,
८६६–फज्जा,	८६७–वाचक,	८६८–विश्व,
८६९–वचपा,	८७०– व्हिक्स,	८७१–फुकटा,
८७२–व्याख्यान,	८७३–वाया-काम,	८७४–विकार,
८७५– वकील,	८७६–वक्ष,	८७७–फक्की,
८७८–फाकवा,	८७९–वेकअप,	८८०– व्यवसाय,
८८१–वहिवाट,	८८२–वुल्हन,	८८३–वाफमय,
८८४–वेफर,	८८५– विफल,	८८६–विवश,
८८७–विवेक,	८८८–वाफवा,	८८९–विवाहबाह्य,
८९०– वापस,	८९१–विभूती,	८९२–वपन,
८९३–व्हिप-मी,	८९४–व्यापार,	८९५– विपुल,
८९६–अफूबाज,	८९७–विभाग,	८९८–वैभव,
८९९–व्हीपीपी,	९००– भुस्सा,	९०१–बीस्ट,
९०२–बेसीन,	९०३–भस्म,	९०४–बासरी,
९०५–भेसळ,	९०६–पॅसेज,	९०७–बास्को,
९०८–पिसवा,	९०९–भाऊसाहेब,	९१०– बोडस,

९११–पडदा,	९१२–पत्नी,	९१३–पद्म,
९१४–पदर,	९१५–पातळ,	९१६–बादशाही,
९१७–पथक,	९१८–पाडवा,	९१९–बेढप,
९२०–बोनस,	९२१–बँड,	९२२–बनाना,
९२३–बेनामी,	९२४–बाणेरी,	९२५–बनेल,
९२६–बेंच,	९२७–बँक,	९२८–बनाव,
९२९–बहिणाबाई,	९३०– BMC,	९३१–भामटा,
९३२–बामण,	९३३–भाऊमामा,	९३४– बिमारी,
९३५–पमेला,	९३६–भोमिशा,	९३७–भुईमूग,
९३८–भूमेवा,	९३९–बंब,	९४०– बारसे,
९४१–बेरड,	९४२–बरणी,	९४३–बर्मा,
९४४–बेरर,	९४५–बॅरेल,	९४६–ब्रीज,
९४७–बरका,	९४८–बर्फी,	९४९–बहुरूपी,
९५०–बॉल्स,	९५१–बोल्ट,	९५२–बलून,
९५३–पालम,	९५४–बोलर,	९५५–बिल्ला,
९५६–बल्बज,	९५७–बलक,	९५८–बेलिफ,
९५९–प्लेबॉय,	९६०– PHS,	९६१–बुचडा,
९६२–बिछाना,	९६३–भीष्म,	९६४–बाजार,
९६५– बाजल,	९६६–बच्चा,	९६७–बेचकी,
९६८–बेचव,	९६९–बिशप,	९७०– बॉक्स,
९७१–बकेट,	९७२–बकाणा,	९७३–बेगमी,
९७४–भिकारी,	९७५–बकल,	९७६–बगिचा,
९७७–बुक्का,	९७८–भगवा,	९७९–बकअप,
९८०– पावस,	९८१–बावटा,	९८२–पाव्हणा,
९८३–भवमाया,	९८४–भोवरा,	९८५– बावळा,
९८६–भावजय,	९८७–भावीक,	९८८–बेवफा,
९८९–भिवबा,	९९०– पिपासा,	९९१–बापट,
९९२–बबन,	९९३–पापमय,	९९४–बभ्रा,
९९५–बामळी,	९९६–बहुभाषी,	९९७–भपका,
९९८–बिबवे,	९९९–बॉबहोप,	१०००– डसे सासू.

प्रत्येकाचे जीवनक्षेत्र वेगळे असल्याने वरीलपैकी कुठलाही खुंटीशब्द योग्य न वाटल्यास तेथे तुम्ही तुमचा शब्द लिहा.

तसेच शब्द करताना परभाषेतील शब्द, जर तुम्हाला त्या परकीय भाषेतील शब्दाचा अर्थ ठाऊक असेल तर, वरच्या यादीत घालून यादी अधिक सोपी करून घेता येते.

दर वस्तू ठराविक रूपातच सतत बघायची.

००१ उदाहरणार्थ, शब्द सूस्त माझा एक स्टेनो एकदम आळशी होता. सुस्त शब्दाने मी त्याची मूर्ती डोळ्यासमोर आणतो. त्यामुळे कुठलीही दुसरी विषय-वस्तू मी त्या खुंटीशी जोडू शकतो. चाकू शब्द जोडायचा असेल तर मी माझा स्टेनो चाकू हातात घेऊन लाकडी खुर्चीवर बसून, खुर्चीच्या हातावर चाकूने आपले नाव वगैरे कोरतो आहे असे चित्र मनात आणेन.

(००३) सासूमा TV वरच्या एका Serial मध्ये एका सासूमाची कॅरेक्टर आहे. मी मनात तिचीच मूर्ती आणतो. मग मला तिला कुठल्याही वस्तूला जोडता येते. 'शाई' शब्दाला जोडायचेय? या सासूमाला मध्यरात्री उठून अंधारात बाजूच्या तांब्याच्या भांड्यातून पाणी प्यायची सवय आहे. पण सुनेने खोडसाळपणे तांब्यात पाण्याऐवजी शाई भरून ठेवली. शाई ओठांना लागलेले तिचे (सासूमाचे) चित्र मी डोळ्यासमोर आणेन. सासूमा व शाई हा जोड मनात पक्का होईल. ००३ आकडा येताच मी मनात सासूमा म्हणेन व मोठ्यांदा शाई शब्द सांगून टाकेन.

दर ठिकाणी प्रतिके बनवायला लागलात. सुहासिनी (००२) आठवेल पण डोळ्यासमोर सुहासिनी मुळगावकर ही व्यक्ती आणूनच मी दुसऱ्या वस्तूचा ००२ शी जोड बनवू शकेन. विशेष कष्टानेच प्रतिके बनू शकतात. उदाहरणार्थ, सौ. साल शब्द घ्या. ००५ म्हणजे सौसाल हा खुंटी शब्द तयार करणे जमले. पण सौसाल उच्चारताच काही रूप मनात यावयास लागेल. मग मी १०० वर्षे जगलेल्या धोंडो केशव कर्वे यांची मूर्ती डोळ्यासमोर आणतो. वेगळ्या शब्दात, प्रतिभा व कल्पनाविलास या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू आहेत. किंबहुना असेही म्हणता येईल की प्रतिभा वापरा. कल्पनाविलास सुलभ होऊन जाईल.

येथे थोडी उदाहरणे यासाठी तुम्हास करावयास देत आहे. खुंटीचा शब्द बनवणे विशेष अवघड नसते. भाषेचा आग्रह धरला नाही तर हे काम पटापट होते. पाहा :- ०१० (साधासा), ००७ (सहसुखी), ०२० (सायनस), ०२२ (आसन्न). प्रतिके दर खुंटी शब्दाला हवीतच. प्रतिक ऊर्फ वस्तू जर तुमच्या

डोळ्यासमोर उभी राहिली नाही तर कल्पनेने ती वस्तू तुम्ही दुसऱ्या नव्या वस्तूच्या स्वरूपाला ऊर्फ प्रतिकाला जोडूच शकणार नाही.

पण हे प्रतिक केवळ तुमच्यापुरतेच आहे. समजा तुमच्या मित्राचे नाव भणगे आहे. अशा वेळी तुम्ही ९२७ साठी भणगे शब्द ठरवून ठेवू शकता.

हे अवघड नाही. प्रत्यय हवाय? आसन्न आपण ०२२ ची खुंटी ठरवलीय. शरपंजरी आसन्नमरण स्थितीतील भीष्माचार्य हे प्रतिक मन पटकन तयार करू शकेल. हे सोपे आहे. फक्त कष्टाची थोडी तरी तयारी हवी.

कल्पना-विलासाने कशाला काहीही जोडता येते

दोन गोष्टी एकमेकींशी जोडताना कल्पनाविलास करा व तोही स्वैर कल्पना-विलास असू द्या. जितकी कल्पना विलक्षण तेवढा तो जोड स्मरणात पक्का राहतो.

पुढे स्वैर कल्पनांचे काही नमुने देत आहे. एक वस्तू निश्चित करायची. त्या पहिल्या वस्तूला खुंटी असे नाव देऊ. कुठल्याही वस्तूची खुंटी बनू शकते. तसेच अन्य लक्षात ठेवायला मिळणारी वस्तू तुम्हाला या क्षणाला ठाऊकही नाही असे गृहित धरू या. अशा सर्व अज्ञात वस्तूंना विषय-वस्तू असे सर्वनाम देऊ. चला आता काही वस्तूंची नावे खुंटीसाठी निवडू या व तिला नवी विषय-वस्तू किती सहजतेने केवळ कल्पना करून तुम्ही जोडू शकता त्याचा अनुभव घेऊ या.

टेलिफोन : कुठलीही वस्तू विषय-वस्तू असली तरी तिचा जोड टेलिफोनशी नक्की जोडता येईल. फक्त अंतर्चक्षूंनी कल्पनेतच तयार केलेले, पुढील दृश्य दोन क्षण पाहायचे.

तुम्ही फोनची रिंग ऐकून फोन उचलायला जाता अन् हातात रिसिव्हरऐवजी ती विषयवस्तूच आली आहे हे तुमच्या ध्यानात येते. तुम्ही हाताला चटका बसल्याप्रमाणे, ती वस्तू हातातून सोडून देता. टेलिफोनचा त्या विषय-वस्तूशी जोड स्मरणात पक्का झालाच म्हणून समजा.

म्युझिक सिस्टिम : कुठलीही नवी वस्तू कुणी सांगू द्या! त्या विषय-वस्तूची दाबून C.D. केलेली मनाने पाहा. म्युझिक सिस्टिमच्या सी डी आत घालायच्या जागी ती घालू लागा. या अद्भूत 'CD' तून चमत्कारिक आवाज येत आहेत ना? नुसती तशी कल्पना करायची हो! मनाने आवाजही ठरवून ते मनानेच ऐकायचे. किंवा, तुम्ही नंतर 'Eject' बटण दाबताहात अन् 'CD' ऐवजी ती विषय-वस्तूच बाहेर पडतेय असं दृश्य अंतर्चक्षूंनी पाहा.



टीव्ही : घराच्या भिंतीचाच टीव्ही-स्क्रीन झालाच अन् या प्रचंड मोठ्या स्क्रीनवर तुमची विषय-वस्तू तेवढ्याच मोठ्या साईझमध्ये तुम्ही पाहत आहात. किंवा, विषयवस्तू टीव्हीवर आदळून स्क्रीन तोडून आत जाताना पाहत आहात.

सोफा : विषय-वस्तू सोफ्यावर ठेवताच कुशनमधून ती आत शिरून हळूहळू गायब होताना पाहा!

टेबल : टेबलावर विषयवस्तूंची चवड मनाने रचा. टेबल भारामुळे मध्यावर कडकड आवाज करीत, तुटत आहे!

बुककेस : पुस्तकाऐवजी विषयवस्तू त्या केसमध्ये कुणी ठेवल्या असे रागावून ओरडून तुम्ही तुमच्या मुलाला विचारताहात. मनातच ओरडा बरं! (नाही तर, इतरांना 'तुम्हाला वेड लागलं' असं वाटायचं!)

टेबल लँप : लाईटचा फोकस् तुमची विषयवस्तू जाळू लागला! वस्तूच पेटली! असे दृश्य मनाने पाहा.

गॅस शेगडी : गॅसवर एका कढईत तेलात तुमची विषयवस्तू तळायला सोडा.

सिंक : सिंकच्या टोकातून विषयवस्तू 'ड्रेन-पाईपात' जाऊ लागली! तुम्ही पाईपच्या भोकात हात घालून ती काढू पाहता आहा.

रेफ्रीजरेटर : विषय-वस्तू तुम्ही फ्रीजमध्ये ठेवली मात्र, ती वस्तू ठेवलेल्या भांड्यातच एकदम उकळू लागली!

टोस्टर : टोस्टरमधून दोन्ही बाजूंनी भाजली जाऊन तुमची विषय-वस्तू बाहेर उंच उडून येत आहे.

कॅन ओपनर : तुम्ही विषयवस्तूस कॅन ओपनर खोचून आत काय आहे ते बाहेर काढू पाहता आहात.

कपाट : कपाटाचे दार घट्ट बसलेय! तुम्ही ते जोर करून उघडता. तुमची विषयवस्तू तुमच्या पाठीमागे उभी राहून तुम्हालाच कपाटात ढकलू पाहते. व दारे बंद करू पाहते. तुम्ही दारात अडकलेल्या स्थितीत विषयवस्तूंशी दोन हात करताहात!

टब : टबच्या पाण्यात विषयवस्तू येऊन पडली. मग टब ओसंडून वाहू लागला. एकेक विषयवस्तू टबच्या बाहेर सांडताना पाहा.

कमोड : तुम्ही कमोडवर वाकून आत पाहात आहात. फ्लश करीत आहात. पण वाहून जाण्याऐवजी पाणी कमोडमध्ये तुडुंब भरून गेले. तुमची विषय-वस्तूच त्यातून बाहेर आली.

टॉयलेट पेपर रोल : तुमच्या विषयवस्तू भोवती पेपर रोलची पट्टी आपोआप बाहेर पडून गुंडाळली जाऊ लागलीय.

डबल बेड : "हे बेड कव्हरखाली उंचसखल काय आहे?" ते पाहायला बेडकव्हर काढताय तर तेथे विषय-वस्तू तुम्हाला दिसते! टोचली असती म्हणजे? किंवा तुम्ही तीवरच निजला असता तर? मोडली नसती का? या अशा काळज्या मनात कृत्रिमतेने निर्माण करा!

खुर्ची : खुर्ची उलटी ठेवा. तिच्या पायांना ती विषयवस्तू अडकतेय का, ते पाहा. जरा अडकण्यासारखी असेल तर सांगून टाका! किंवा, विषय-वस्तू त्या खुर्चीवर बसून तुमच्याकडेच पाहून स्मितहास्य करताना पाहा.

आरसा : आरशात तुम्ही पाहत असता तुमच्या पाठीमागून वाकून ती विषय-वस्तूही आरशात पाहातेय हे तुमच्या लक्षात आलंय का? वगैरे. समजलं

ना, स्वैर कल्पनाविलास म्हणजे स्मरणासाठी नेमकं काय प्रकारची कल्पना हवी ते? तर्कशुद्ध कल्पना स्मरणात कधीच घर करत नाही. हातात धरायची काठी व हात एकमेकाशी जोडायचे तर हातात काठी घेतलीय अशी साधी दैनंदिन घडणारी गोष्ट कल्पलीत तर स्मरणासाठी ते निरुपयोगी ठरेल! गॅस व दूध जोडताना दुधाचे भांडे गॅसवर ठेवलेले पाहण्यापेक्षा उतू जाताना पाहिलेत, त्यामुळे गॅसच विझलेला पाहिला, तर अधिक लक्षात राहील!

आता पाच सत्ये तुमच्या पुढ्यात मांडत आहे.

१) स्मरणात ठेवण्याची शक्ती, क्रिया, क्षमता म्हणजे स्मरणात साठणारी गोष्ट नव्हे.

२) स्मरणशक्ती म्हणजे बुद्धिमत्ता असणे नव्हे.

३) स्मरणशक्ती म्हणजे खुद्द माहितीचा साठा नव्हे.

४) स्मरणशक्ती म्हणजे निर्णय घेण्याची क्षमता नव्हे.

५) स्मरणशक्ती असणे म्हणजे ज्ञान असणे नव्हे.

मग स्मरणशक्ती वर्धमान करण्याचे तंत्र शिकायचेच कशाला? अत्यंत पोरकट कृती का करीत बसायच्या? त्यालाही कारणे आहेत. या तंत्राने झटकन लक्षात राहते. हे प्रथमस्मरण होय. मग उजळणी करून विषय पक्का होतो. तो तसा मेंदूत पक्का झाला की या तंत्राचे काम संपले.

भांडी घासायला आपण राखाडी वापरतो. भांडे विसळले की राखाडी निघून भांडे साफ होते. चकाकी कायम राहते. तसे एकदा स्मरण-साठा वाढला व नंतर तुम्ही तो पुनर्स्मरणाने वारंवार उजळत राहिलात की हा कृत्रिम कल्पनाविलास विस्मरणात लोटला जाईल.

स्मरणामुळे तुमचे ज्ञान हळूहळू वाढते. माहिती हळूहळू मेंदूत साठत राहते. पण स्मरणात काही ठेवण्याच्या क्रियेच्या वेळी ते वाढत नाही. स्मरणात ठेवल्या नंतरची ती अवस्था आहे. स्मरणक्रिया चालू असता तुम्ही जे करता त्याच्याशी ज्ञान, माहिती, समज, तर्कशक्ती, विवेक-थोडक्यात बुद्धी याचा काहीही संबंध नसतो.

स्मरणशक्ती व या गोष्टी यात साधनसाध्य-संबंध आहे. एक साधन आहे तर एक साध्य आहे, उद्दिष्ट आहे, ध्येय आहे.

पटले ना तुम्हाला की केवळ खेळ म्हणून या साधनांकडे, या तंत्रांकडे का बघा ते? खेळ जरी निव्वळ मनोरंजन देत असला तरी तो खेळल्यावर व्यायाम

घडतो व बळकट शरीराचा लाभ होतो. स्मरणाच्या खेळानंतर बळकट स्मरणाचा लाभ होतो.

कल्पनाविलासाचे मुख्य नियम :

१) कल्पना-विलास करणे एक प्रकारचे मनाच्या पाटीवर चित्र रेखाटण्यासारखेच आहे. तुमच्या अंतःचक्षूंनी एकावेळी दोन्ही गोष्टी पाहावयाच्या आहेत. पहिली गोष्ट म्हणजे तुम्ही खुंटी म्हणून ठरवलेली वस्तू व दुसरी गोष्ट म्हणजे तुम्हाला लक्षात ठेवावयास मिळालेली विषय-वस्तू.

२) या दोन्ही एकदम पाहाताना जी खुंटी आहे तिचे एक तुम्हीच आधीपासून, कायमचे ठरवून ठेवलेले रूप आहे, प्रतिमा आहे. समजा, तुम्ही रेडिओ हा शब्द खुंटी म्हणून १९ क्रमांकावरची वस्तू लक्षात ठेवण्यासाठी वापरला. तुमच्या घरी पूर्वी जो व्हाल्व्ह रेडिओ होता ती प्रतिमा तुमच्या मनात रेडिओ शब्दासह नेहमी येते. तोच रेडिओ १९ म्हणताच डोळ्यासमोर यावा. ट्रान्झिस्टर हाही रेडिओच आहे. पण ट्रान्झिस्टरचे रूप वेगळे आहे. ते रूप डोळ्यासमोर कधीही येऊ देऊ नये. खुंटीसाठी निवडलेल्या वस्तूचे रूप एकदा निश्चित केले की ते कधीही पुढे बदलावयाचे नाही.

३) बदलेल ते मग काय? दरवेळी लक्षात ठेवायला जी वस्तू नव्याने मिळेल ती कुठल्याही Suitable रूपात तुम्हास बदलायची परवानगी आहे. तुमची कल्पना ते रूप ठरवेल. समजा खुंटीचे रूप रेडिओ आहे. विषयवस्तू सिगरेट आहे. जर तुम्ही कल्पना केली की रेडिओच्या कापडी स्क्रीनध्ये खोचून खूप सिगरेटस् ठेवल्या आहेत तर सिगरेटऐवजी अनेक सिगारेटी अशा नव्या रूपात तुम्ही सिगरेट शब्द पाहू शकता.

४) विषयवस्तू नेहमीच्या आकारापेक्षा खूप मोठी वा खूपच छोटी कल्पावी. मनातले चित्र पक्के बनेल. खुंटी शब्द गणपती आहे. विषय-वस्तू उंदीर आहे. उंदीर गणपतीहून मोठा मनाने पाहा. समजा फूटबॉल विषय-वस्तू आहे. फूटबॉल होमिओपथी गोळीइतक्या रूपात पाहा. सूक्ष्म फुटबॉल गणपती पायाने जोरात दूर उडवतो आहे हे चित्र स्मरणात पटकन राहील.

५) चित्रण स्थिर स्वरूपाचे नको. दोन्ही वस्तूत हालचाल हवी. रोगी ही खुंटी असेल व नर्स ही विषय-वस्तू लक्षात ठेवायला मिळाली असेल तर रोगी व नर्स एकत्र साधी उभी आहेत असे चित्रण नको. कल्पनाविलास असा साधा नको. कृती करतानाचा हवा. नर्स, पेशंटला तिच्या हातातल्या छोट्या रुमालाने ड्राय

वॉश देतीय असं चित्र चालेल. पेशंटला नर्सने उचलून त्याच्या कॉटवर आदळलेय असेही कृतीचित्र चालेल. चित्रे हलती हवी. स्थिर नको. तरच जोड छान स्मरतो.

६) दर खुंटीसाठी जरी ठराविक व एकच एक प्रतिमा मनात बनवून ठेवायची आहे तसे विषय-वस्तूचे नाही. त्यामुळे विषयवस्तूचा जसा आकार बदलून टाकू शकता तशी कल्पनेने संख्याही बदलू शकता. समजा आकाश तुमची खुंटी आहे व पुस्तक ही विषय-वस्तू आहे. एकाच पुस्तकाऐवजी लाखो पुस्तके आकाशातून धडाधड पडताहेत असं चित्र कल्पायला हरकत नाही. वस्तूची नेहमीची संख्या प्रमाणाबाहेर वाढवाल तर जोड मनात पक्का तयार होईल.

७) प्रत्येक गोष्टीची जागा रोजच्या जीवनात ठराविक असते. झाड जमिनीवरच उभे आपण नेहमी पाहतो. पण कल्पनाविलासात तसे काही बंधन नाही. वस्तूची जागा बदला. डोके ही खुंटी असेल व झाड ही विषय-वस्तू लक्षात ठेवायला मिळाली असेल तर झाडाला डोक्यातून उगवू द्या! जाजमावर माणूस हे कच्चे चित्रण होईल. माणसाच्या डोक्यावर जाजम हे पक्के चित्रण होईल.

८) वस्तूंना निसर्ग-नियमांच्या विरुद्ध वागताना मनाने पाहा. डोंगर या खुंटीला नदी शब्द जोडायचा आहे? मग नदीचे पाणी डोंगरावर चढताना मनाने पाहा.

९) चित्र मनात पाहाताना तुमच्या संवेदना त्यात मिसळाव्या. तुमच्या पंचेंद्रियांच्या जाणीवा त्यात मिसळाव्या. वरच्या उदाहरणाचे चित्र मनाने पाहाताहात. तुम्हाला ते पाहून काय वाटते? आश्चर्याने आ वासलात? ठीक आहे. जोड पक्का होतो तो अशा तुमच्या प्रतिक्रिया मिसळल्याने सुद्धा!

१०) वस्तू व विषय-वस्तू यांच्या पारंपारिक जागांची अदलाबदल करा. असे केल्याने स्मरणाला मदत होईल. खडूने पाटीवर लिहायऐवजी मोठ्या खडूवर पाटीच्या चौकटीच्या टोकाने लिहू वा कोरू लागा.

११) नेहमीच्या वस्तूंजागी स्मरणासाठी दिलेली वस्तू आणून ठेवा. हे चित्रण जास्त चांगले मनात रेंगाळते. टीपॉयवर चहाचा कप असतोच. पण टीपॉयवर गॅसची शेगडी ठेवलीत तर मनात टीपॉय व गॅस ही जोडी अतूट बनेल.

१२) निर्जीव वस्तूला सजीव बनवा. (वा उलट). कपाटाला ओठ कल्पून ते बोलते आहे असे कल्पा. वक्ता शब्द कपाटाशी जोडायचा आहे? वक्त्याचा पुतळा बनवा. कपाट त्याच्याशी बोलते आहे असे चित्रण टिकावू ठरेल. निर्जीव

टिव्ही व पाहुणा हे शब्द जोडताना टिव्ही जोरात शिंकतो व तुषारांचा पाऊस उडून पाहुणा चिंब होतो असली कल्पना टिव्हीला सजीव करते. निर्जीव वस्तूला हे सजीव करणे झाले.

१३) विध्वंसक चित्रण विधायक चित्रापेक्षा चांगले लक्षात राहते. खिळा व पेपर हे शब्द जोडताना तुम्हाला खिळ्याला न्यूजपेपर अडकवता येईल. पण त्यापेक्षा पेपराची घडी करून तुम्ही हातोडी मारून खिळ्याने तो पेपर भिंतीत ठोकू लागता.

१४) दोन गोष्टी लक्षात ठेवताना खुंटीची वस्तू त्यातली कोणती हे प्रथम आठवा. मग चित्रण करा. मग ते जोड-चित्र आठवा. हा क्रम विसरू नका. नाहीतर लक्षात ठेवायला दिलेल्या वस्तूऐवजी खुंटीच सांगून बसाल.

जेव्हा जेव्हा तुम्ही विसरला असा तुम्हास अनुभव येतो तेव्हा तुमचे चित्र कच्चे बनलेले होते. विस्मरणाच्या शक्यतेवर दोष ढकलू नका. चित्र वरील १४ प्रकारातला कुठलाही एखाददुसरा प्रकार वापरून केले तर कधीच कच्चे राहणार नाही. गुळगुळीत चित्रण म्हणजे वरच्या नियमांबाहेरचे चित्रण. ते भरवशाचे नसेल. स्मृतीतून निसटण्याची शक्यता त्यात अधिक आहे.

आता पाहू या ओळीने जे आकडे असतात त्यांच्यासाठी आपण जी खुंटीचित्रे तयार करतो ती कशी असावी यासंबंधीचे नियम.

हे मोजके तीन नियम आहेत.

नियम १ : आकडा प्रथम मनात आणा. आकडे क्रमबद्धच असतात. ते मनात क्रमशः येतीलच. मग तुम्हाला त्या आकड्याकरता जी वस्तू तुम्ही खुंटी म्हणून ठरवली आहे तिची स्मृती मनात आणायची. थोडक्यात प्रथम आकडा, मग खुंटीशब्द व नंतर विषय-वस्तूचा शब्द हा आठवण्याचा क्रम विसरू नका.

नियम २ : खुंटीचा शब्द असा हवा की आकड्यातूनच तो आपोआप जन्म पावावा. उदाहरणार्थ– चार या आकड्याला तुम्ही रेडिओ शब्द खुंटी म्हणून ठरवला आहे. मग चार उच्चाराबरोबर प्रथम 'र' आठवावा व र वरून रेडिओ शब्दापर्यंत पोहचा.

नियम ३ : एका आकड्यासाठी जी वस्तू खुंटी म्हणून निवडाल त्याच प्रकारची वस्तू दुसऱ्या एखाद्या आकड्यासाठी कधीही नक्की करू नका. समजा १५ आकड्यांसाठी तुम्ही चंद्र शब्द नक्की केलाय. मग हजार आकड्यासाठीही सहस्रचंद्र अशी कल्पना मनात ठरवू नये. चंद्र व विषयवस्तूचा जोड पक्का

होऊनही क्रमाच्या आकड्याची गल्लत होईल. १५ व्या शब्दाजागी हजारावा शब्द सांगण्याची चूक घडेल. म्हणणे सोपे आहे! पण खुंटीचा शब्द क्रमाने येणाऱ्या अंकामधून काढता येईलच याची हमी काय? (त्यासाठी तर आहे सहावा दिवस.)

आता पुन्हा मुख्य विषयाकडे वळू.

जुना खुंटी म्हणून स्मरणात पक्का केलेला शब्द व नवा लक्षात ठेवणे अत्यावश्यक बनलेला शब्द यांचा एकमेकाशी घट्ट सांधा कसा साधायचा? आपल्याला तर सांधा इतका घट्ट हवा आहे की खुंटीचा शब्द आठवताच नवा शब्द मनात उफाळून वर यावा. किंवा नवा शब्द ऐकताच त्यांची खुंटी चटकन आठवावी.

हे सांधे उत्तम जोडणे पुढील सोप्या, सोप्या नियमांचे पालन करून तुम्हास जमेल.

त्यासाठी शरीराच्या विविध अवयवांची जी यादी तुम्ही खुंट्या म्हणून बनवली आहे तिच्या आधारे नवी वस्तू ऊर्फ त्या वस्तूचे नाव कसे लक्षात ठेवता येईल याचे एक प्रात्यक्षिकच करू. या प्रात्यक्षिकासाठी आपण जो नियम येथवर वाचले किंवा नंतर वाचणार आहोत त्यांचाच सढळ वापर केला आहे. आधी प्रात्यक्षिक बघा.

कुठल्याही नव्या १० वस्तू तुम्हाला कुणी लक्षात ठेवायला दिल्या तरी त्या शरीराच्या अवयवांशी पुढीलप्रकारे जोडा. ते चित्र मनःचक्षूंने एकदा-दोनदा पाहा. बस्स! इतकेच करा. मग अवयवाचे नाव आठवताच वस्तूचे नाव चटकन ध्यानात येईल याची हमी देतो!

एकेका अवयवाला एकेक नवी वस्तू कशी सांधता येते ते आता पाहा–

प्रथम अवयवरूपी खुंट्यांची जरा उजळणी करूया.

बाजूच्या मोकळ्या जागेत लक्षात ठेवायच्या १० नव्या वस्तूंची यादी लिहिली आहे.

खुंटी प्रित्यर्थ अव्यय	प्रेक्षकांनी लक्षात ठेवावयास दिलेल्या वस्तू
१) पाऊल	१) खुर्ची
२) नडगीचे हाड	२) कॉट
३) गुडघा	३) कपाट
४) मांडी	४) पडदे
५) बेंबी	५) टीपॉय

६) छाती	६) चपला
७) गळा	७) गालिचा
८) नाक	८) बॉलपेन
९) कपाळ	९) चष्मा
१०) केस	१०) फाईल.

आता काही सांधे पुढे सुचवत आहे. तुम्हास तुमची स्वतःची कल्पना लढवून वेगळे जोड तयार करण्याचे स्वातंत्र्य आहे. परंतु पक्के जोड कसे बनवावे याविषयी पुढे काही युक्त्या सुचवल्या आहेत. त्या वाचेपर्यंत पुढे सुचवलेली पद्धतच वापरणे सुरक्षित ठरेल.

वस्तू पहिली

ही वस्तू तुम्हास पाऊल या खुंटीशी जोडायची आहे.

तुम्ही तुमची पावले त्या वस्तूवर ठेवून उभे राहू शकता का?

पहिली वस्तू खुर्ची, त्या खुर्चीवर दोन्ही पावले ठेवून मनाने उभे राहा.

पावले कुठल्याही वस्तूशी जोडता येतील. (१) त्या वस्तूवर पाऊल ठेवल्यावर पायाला टोचले का, गार वाटले का, गरम वाटले का, खरखरीत वाटले का, ओले वाटले का, कोरडे वाटले का, ते मनाने अनुभवूनही ती वस्तू स्मरणात पाऊल या खुंटीशी जोडली जाऊ शकते. (२) तुम्ही पावलाने त्या वस्तूला तुडवू शकाल, त्या वस्तूला लाथेने दूर उडवू शकाल. (३) तुम्ही ती कृती करताना तुम्हाला इतर पाहतात असे मानता येईल व पाहून ते विविध भावही व्यक्त करीत आहेत असे मनाने कल्पता येईल. लोक हसताहेत, रडताहेत, रुष्ट झाले आहेत, ओरडताहेत अशा त्यांच्या प्रतिक्रियासकट दृश्ये मनात तयार करा. खुर्ची व पाऊल यांची जोडी अभेद्य बनेल.

वस्तू दुसरी

ही वस्तू कुठलीही असू द्या. तुम्हास आता ती नडगी या खुंटीशी मनाने बांधून ठेवायची आहे.

दुसरी वस्तू आहे कॉट. दुसरी खुंटी तुम्ही ठरवली आहे ते तुमचे नडगीचे हाड.

तुम्ही मनाने पाय पसरून बसा. तुमच्या नडगीवर त्या कॉटचे खूर कुणी ठेवले आहेत असे कल्पा. ते वजन नडगीवर ठेवलेले पाहून तुम्हाला नडगीशी कसे वाटले ते कल्पनेनेच अनुभवा. कळ आली? फक्त जरा जड वाटले? फार

टोचतेय? एकच संवेदना निवडा व ती संवेदना मनाने अनुभवा. कॉट व नडगी हे दोन शब्द मनात पक्के एकमेकास चिकटतील.

वस्तू तिसरी

तिसरी वस्तू कपाट आहे. खुंटीचा शब्द गुडघे हा आहे. कपाट शब्द गुडघ्यांशी कसा जोडायचा? सोपे आहे.

कपाटाच्या कडेला उभे राहून मनाने, तुमच्या गुडघ्यांनी दाबून कपाट दुसऱ्या दिशेला सरकवताना स्वतःला मनातल्या मनात का पाहत नाही?

कपाट गुडघ्याशी वेगळ्या प्रकारे जोडायची इच्छा आहे असे म्हणता? ठीक आहे. गुडघा कपाटाच्या दारावर टेकताच दारातून आत भोक पाडून घुसला अशी कल्पना करता येईल. कपाटाच्या वर गुडघे टेकून तुम्ही कल्पनेत बसू शकाल. कपाटाला गुडघा टेकताच काय अनुभवलं? चटका बसला? गुडघा चिकटून बसला? तुम्ही स्वतःची स्वतंत्र कल्पना करायलाही हरकत नाही. उदाहरणार्थ तुम्ही कपाटाच्या सर्व कप्प्यात Knee Caps ओसंडून जातील अशा ठासून भरल्या आहेत अशीही कल्पना करून गुडघा व कपाट हे दोन शब्द एकमेकाचे मित्र बनवू शकाल. सोपे वाटतेय ना आता हे सांधे मनाने जोडणे? कल्पनाशक्तीला यात केवढा तरी वाव आहे ते पाहून चकीत झालात ना? थोडक्यात, स्मरणाचा खेळ किती गंमतीचा आहे हे येथे तुमच्या लक्षात आले! हसत खेळत स्मरण यालाच म्हणायचे.

वस्तू चौथी

ही वस्तू आता तुम्ही तुमच्या चार क्रमांकाच्या खुंटीला सहजी जोडू शकाल असा आत्मविश्वास तुम्हाला एव्हाना आला असेल. कुठलीही वस्तू चार क्रमांकाच्या खुंटीला म्हणजे मांडीला कशी मनाने सलग्न करता येते ते पाहू.

चौथी लक्षात ठेवायला वस्तू पडदा दिली आहे. पडदा मांडीला कसा जोडायचा बुवा? कल्पनाशील माणसाला या जगात अशक्य असे काहीच नाही.

मांड्यांभोवती ही चौथी वस्तू गुंडाळून स्वतःला जरा तुमच्या मनःचक्षूंनी पाहता का?

तुमच्या दोन मांड्यातून पडद्याचा पिळा घालून इकडूनतिकडे दुसरे कुणी दोघे ओढताहेत असेही पाहता येईल.

जरासा पडदा बाजूला करून पलीकडच्या खोलीतली कुणी सुंदरी आपली उघडी मांडी पलीकडच्या खोलीत खुपसून तुम्हाला दाखवत आहे असे रंगिले

दृश्यही कल्पायला लेखकाची तुम्हाला अजिबात मनाई नाही. मांडी नि पडदा यांचे नाते जुळले की आमचे काम झाले. ही जोडी तुमच्या लक्षात पटकन राहिल, असं वाटतंय? वाटणारच. काहीही विलक्षण दृश्य विस्मरणीयच असतं. ते खरं दृश्य असो, T. V. च्या पडद्यावरचं असो वा मनानं कल्पलेलं असो.

वस्तू पाचवी

पाचवी वस्तू काहीही असू शकेल. तुम्हाला फक्त तुमच्या पाच नंबरच्या खुंटीच्या शब्दाशी कर्तव्य आहे. तुमची पाचवी खुंटी आहे बेंबी. ही बेंबी तुमची असू शकेल. तशीच दुसऱ्याचीही असू शकेल. मोठी असू शकेल वा सूक्ष्म असू शकेल. खोलगट असू शकेल किंवा वर आलेली असू शकेल.

पाचवी लक्षात ठेवायला दिलेली वस्तू पाहू या. येथे ती आहे टीपॉय.

हा टीपॉय नि बेंबी यांची कल्पनेने सांगड घालायला लागू. त्यात काय आहे? मनात एक हूक बनवा. इंग्रजी Z आकड्यासारखा. या हूकचे एक टोक बेंबीत घालून, दुसरे टोक लक्षात ठेवायला दिलेली जी वस्तू असेल तिच्या किनारीखाली खोचा. तुम्ही मागे सरकत बेंबीमागे नेत, टीपॉय जागचा हलवू शकाल. लक्षात ठेवा, कल्पना किती मूर्खपणाची आहे हे मनात आणण्याचं बिलकूल कारण नाही. उलट शहाण्या कल्पनापेक्षा मूर्ख कल्पनांचंच स्मरणाला जास्त सहकार्य उपलब्ध असतं.

बरे, हूक ही एकच कल्पना नाही. जशी वस्तू असेल तशी कल्पना बदलू शकते. (टी पॉय ऐवजी गुलाब फूल शब्द असता तर? तर बेंबीतून गुलाबाच्या फुलाचा देठ बाहेर येऊन त्यास फूल लोंबते आहे असे दृश्य तुम्ही बनवू शकला असता. हिरा शब्द जोडायचा आहे? बेंबीत हिरे बसवलेली भाग्यश्री नटी 'गीत गाया पत्थरोने' मध्ये पहिली असली तर ती आठवण येथे कामी येईल. बेंबीला काहीही जोडता येते. गोल्डस्पॉट जोडायचा आहे? बघा, गोल्डस्पॉट बेंबीतून ठिपकू लागला!!)

तुमच्याजवळ मुळातच अद्भुत स्मरणशक्ती आहे. तुम्हाला काय वाटते त्याच्याशी या शक्तीच्या अस्तित्वाशी संबंधच नाही. 'माझ्या अजिबात लक्षात राहत नाही,' हे म्हणणारा खरे तर 'मला काही काही लक्षात राहत नाही' एवढेच म्हणत असतो. लक्षात असलेल्या गोष्टींची त्याच्याजवळची संख्या लक्षात नसलेल्या गोष्टींपेक्षा अनंतपट जास्त असते. म्हणजेच त्याला जे स्वतःच्या स्मरणशक्तीबद्दल वाटते ते संपूर्णतया खोटे असते.

तुमच्यातल्या अद्भुत स्मरणशक्तीशी तुमची कुणी ओळखच करून दिलेली नाही. ही ओळख जेव्हा होईल तेव्हाच तुम्ही त्या शक्तीचा आनंद घेऊ शकाल. तेव्हाच तिची उत्कर्षा करता मदत घेऊ शकाल.

आधीच जे जे तुमच्या मेंदूत लक्षात आहे त्यातच नवे लक्षात ठेवण्याची शक्ती दडलेली आहे.

जुन्याच्याच साह्याने नवे कसे लक्षात राहते हे शिकवणारा आजचा हा दिवस आहे. आज तुम्ही आणखी एक सत्य जाणले आहे. तुमच्यात केवळ अद्भुत स्मरणशक्तीच नाही! तुमच्यात तीव्र, तरल, तत्पर कल्पनाशक्तीही दडली होती. तिला तुम्ही आता बाहेर काढले आहे.

वस्तू सहावी

सहावी खुंटी छाती तर सहावा शब्द चपला. छातीला दोन चपला स्तनाग्रांना जरा उंच, टोकदार कल्पून सहज टांगू शकला. किंवा असं का करत नाही? शिवाजीच्या निष्ठावान सेवकाने शिवरायांचं चढाव छातीशी धरले असे तुम्ही इतिहासात वाचलेच आहे. चपला दोन्ही हातांनी छातीशी कवटाळून बसल्याचे दृश्य मनाने पाहू शकाल. (बघा बरं तुम्हाला तिसरी कल्पना सुचतेय का? कल्पनेला काय हो तोटा? छातीवर चपलांचे चित्र गोंदवलेले पाहणे अशक्य का आहे?)

वस्तू सातवी

सातवी वस्तू गालिचा. तर सातवी खुंटी गळा. गालिचा व गळा यांची जोडी जमवावयाची आहे. घाबरू नका. कल्पनेच्या वारूला कुणीच अटकाव करू शकणार नाही. गालिच्याची गुंडाळी करा. गळा नि घसा एकच असं मनाला बजावा. व मग ही गुंडाळी गळ्यातून खाली उतरवा मुद्दाम एक जादा कल्पना हवीय दर वेळेला दोन-दोन कल्पना पुरवत बसलो तर मग तुम्हाला काही कल्पायला मी वावच ठेवला नाही असा आरोप मात्र तुम्ही उद्या करु नका. 'आमच्या गळ्यातून तुमचा हा गालिचा उतरत नाही बुवा' असं म्हणणार असाल तर दुसरं काही कल्पू या. गालिचा चिंचोळा, लांबच लांब कल्पा. मफलरसारखा त्याला गळ्याभोवती गुंडाळून टाका गळा म्हणताच मन गालिचा शब्द तुमचे अंतर्मन चित्कारेल!

वस्तू आठवी

कुठलीही वस्तू असू द्या. फक्त खुंटी नाक आहे हे लक्षात ठेवा. येथे बॉलपेन

ही आठवी वस्तू आहे. २ बॉलपेन्स दोन नाकपुड्यात घातलेली मनाने बघू शकाल. एक बॉलपेन नाकाच्या शेंड्यावर तोलता आहात असे दृश्य कल्पू शकाल. किंवा नाकाच्या भोकातून नथेप्रमाणे बॉलपेनची क्लिप अडकवलेली आधुनिक स्त्रीकारकून डोळ्यासमोर कल्पनेने आणू शकाल. बॉलपेनच्या विषयात नाक खुपसू नये. पण नाकात बॉलपेन खुपसायला बॉलपेन कारखानदारांचीही हरकत असणार नाही!

वस्तू नववी

ही वस्तू नवव्या कपाळ या खुंटीशी जोडता येईलच. कशी याचा हा एक नमुना! नववी वस्तू म्हणून आपल्याजवळ शब्द आहे चष्मा. ठीक आहे. चष्मा डोक्यावर कशाला ठेवता? ठेवा कपाळावर! मुख्य म्हणजे आता थोडी या पारंपारिक कल्पनेत मजा आणू. एरवी जोडी केवळ अति सामान्य अतिपरिचित संबंध म्हणून स्मरणातून निसटू शकेल. तुमच्या जाणिवा येथे या कल्पनाचित्रात आणा. तुमचा चष्मा तुम्ही शोधता आहात. अन् बायको-मुले ते पाहून खदखदा हसत आहेत. चष्मा नि कपाळ यांचे हे एक वेगळेच नाते येथे तुम्ही जुळवून टाकले. वेगळेपणाने ते विसरण्यास अशक्यच बनले.

वस्तू दहावी

'इतके काही चमच्याने भरवायला नको' असे तुम्हीच आता म्हणाल अन् दहावी खुंटी केस हिला दहावा शब्द तुमचा तुम्हीच कल्पनेने मस्तपैकी जोडून टाकाल. डोक्यावर फाईल ठेवाल अन् फाईलमधूनही तुमच्या राठ, सरळ, उभ्या केसांना आरपार जायला सांगाल. डोक्यावरच्या फाईललाच केस उगवले तर? तुम्ही मला विचाराल "लक्षात ठेवायला याहून चांगले चित्र कुठले असू शकेल?"

खरं आहे तुमचं म्हणणं. पण मग माझंही म्हणणं आता माना. माणूस कुठलाही नवा शब्द कुठल्याही दुसऱ्या ज्ञात शब्दाला सहजी जोडून टाकू शकेल! फक्त हे जोडण्याचे काही नियम आहेत ते पाळले की झाले. काय आहेत हे नियम? कमाल आहे! तेच तर आपण शिकत शिकत या पुस्तकाचे दर पान इथवर उलटवत आलो.

❑ ❑ ❑

दिवस तिसरा

यमुना जळी खेळू खेळ...

दिवस तिसरा

खेळ क्रमांक १ — प्राथमिक

१०-१२ मंडळींना प्रत्येकी १ अशी कोरी चिठ्ठी व पेन्सील द्या. प्रत्येकाने आपल्या चिठ्ठीवर हवा तो शब्द लिहावयाचा. तुम्ही साऱ्यांच्या चिठ्ठ्या एका तांब्यात वा रुंद तोंडाच्या कुठल्याही भांड्यात एकत्र करायच्या. हाताने चिठ्ठ्या पुऱ्या मिसळून टाकायला हरकत नाही.

सर्वांनी मग वर्तुळ करून उभे राहयचे. पहिल्याकडे जेव्हा भांडे असेल तेव्हा त्याने त्यातल्या कुठल्याही दोन चिठ्ठ्या उचलावयाच्या व बंद असल्यास उघडून त्यातले दोन्ही शब्द वाचायचे. मोठ्यांदा वाचायचे म्हणजे साऱ्यांना कळतील.

त्या १०-१२ मंडळीपैकी प्रत्येकाकडे स्वतःचा एक कागद वा नोटबुक असावे.

साऱ्यांनीच मग ते दोन शब्द कल्पनाशक्ती वापरून कसेही, मजेदार रीतीने वा विचित्र रीतीने वा तार्किक संबंध लावून, जोडून वाक्य बनवायचे व ते वाक्य आपापल्या नोटबुक वा कागदावर लिहावयाचे.

"कल्पना करून वाक्य लिहावयाचा वेळ फक्त २ मिनिटे!" असे जाहीर करावे.

मग प्रत्येकाने आपली जोडणी वाचून दाखवायची. जोडणीतून काही ना काही अर्थ निघायला हवा. ती सुसंगत हवी. तसेच ती जडणी अर्थपूर्ण हवी. जर सर्वानुमते एखाद्याची अर्थहीन जोडणी ठरली तर त्याला उणे १० गुण मिळाले असे मांडून ठेवा. हा खेळ आपल्या गुणांची संख्या जास्तीत जास्त ठेवण्याचा खेळ आहे.

पुढचा Score वाक्यांच्या संख्येचा. ज्याने जितकी वाक्ये वापरली तेवढे गुण गुणांतून वजा होतील. कमीत कमी वाक्यांनी दोन शब्द जोडायचे हे ध्येयच प्रत्येकाचे हवे. खेळ चालू झाला की ताटलीतून दोन चिठ्ठ्या काढायची संधी वर्तुळातल्या साऱ्यांना मिळेल.

१२ माणसांचे वर्तुळ असेल तर सहा वाक्यसमूह प्रत्येकाच्या कागदावर तयार होतील. ज्याची गुणसंख्या सर्वात जास्त राहील तो विजेता ठरेल!

या खेळात दोन शब्द जोडण्यासाठी कल्पना करणे व तीही कमीत कमी शब्दात व वाक्यात व्यक्त करता येणे, यात सारे जण आपोआप तरबेज होतात. कल्पना करणे म्हणजे कल्पनाशक्तीत वाढ घडवणे होय. मोजक्या शब्दात विचार

व्यक्त करता येणे हे भाषा प्रभुत्वच होय. कल्पनाशक्ती व भाषा प्रभुत्व अशा दोन गुणांची एकाच वेळी वाढ करणारा हा लोकप्रिय खेळ ठरेल. जेव्हा प्रत्येक जण आपापली कल्पना-रम्य वाक्ये वाचून दाखवतो त्यातून ऐकणाऱ्यांची खूप करमणूक होते. कारण कल्पनांचे किती वैचित्र्य व्यक्तीगणिक असू शकते हे साऱ्यांना पाहायला मिळते.

खेळ क्रमांक २ – उच्चस्तर (प्रगत स्तर)

काही मंडळीचा गट आहे. या खेळात एक जण खोलीबाहेर जाईल. बाकीचे खोलीत बसून, आवाज बाहेर जाऊ न देता, सर्वानुमते एक सर्वज्ञात वाक्प्रचार किंवा सर्वज्ञात पुस्तकाचे नाव वा सिनेमाचे नाव वा नाटकाचे नाव, वा गाण्याची ओळ ठरवतील. मात्र जेवढी मंडळी असतील तेवढ्यापेक्षा एक कमी इतक्या शब्दांची ती कल्पना, वगैरे हवी. समजा, गटात ८ मंडळी आहेत. मग तुमच्याजवळ नेमके सात शब्दांनी बनणारे नाव वा वाक्य वा काव्यपंक्ती वगैरे हुडकून काढायची क्षमता हवी. उदा.– 'बोल राधा बोल संगम होगा की नही।' वर्तुळ करून उभे राहिलेल्या प्रत्येक खेळाडूने या वाक्यातील एकेक शब्द क्रमशः लक्षात ठेवायचा आहे. खोलीबाहेरचा आता आत खोलीत परतेल. तो पहिल्या खेळाडूस काहीही प्रश्न विचारेल. त्या प्रश्नाला पहिला खेळाडू असे उत्तर देईल की ज्यात त्याने लक्षात ठेवलेल्या शब्दाची अक्षरे असायला हवीतच. ऐकणाऱ्याला सर्वांची वाक्ये नीट ऐकून घेऊन लक्षात ठेवायची आहेत. वेगळ्या शब्दात त्याला सर्वांच्या उत्तरातले शब्द न शब्द लक्षात ठेवायचे आहेत तसेच त्याला वाटले तर तो कुठल्याही खेळाडूला त्याचे उत्तराचे वाक्य वा शब्द पुन्हा विचारू शकतो. त्यामुळे प्रत्येक उत्तर देणाऱ्यास आपले उत्तर लक्षात ठेवावे लागेल. साहजिकच तो कमीत कमी शब्दांचा वापर करून आपले उत्तर तयार करेल.

बाहेरून आत आलेला खेळाडू Clue सापडावा म्हणून वाटले तर प्रत्येकास एकच एक प्रश्न विचारू शकेल. (प्रत्येकाचा मनात असलेला शब्द वेगळा असल्याने प्रत्येकाचे, तो वेगळा शब्द वापरून बनवलेले उत्तर मात्र, वेगळे असेल हे सांगायला नकोच!)

समजा, विचारला गेलेला प्रश्न आहे "तुमचं नाव काय?"

पहिला खेळाडू मग उत्तर देईल... "मुंजाबाचा बोळ" (येथे ल चा उच्चार ळ चालेल.)

दुसरा उत्तर देईल– "राधाकृष्णन्."
तिसरा उत्तर देईल– "अबोलकी."
चौथा उत्तर देईल– "संगमा स्पीकर ऑफ पार्लमेंट."
पाचवा उत्तर देईल– "होगापूरकर"
सहावा उत्तर देईल– "पडूकिल्ली"
सातवा उत्तर देईल– "नहिरे."

बाहेरून आलेल्या खेळाडूचे काम कठीण आहे. प्रत्येकाच्या उत्तरातून त्याने अंदाजाने उपयोगी अक्षरे शोधून बाकीची सोडून द्यायची आहेत. व पूर्वज्ञान, एकाग्रता यांच्या आधारे "बोल राधा बोल संगम होगा की नही" हे गाण्याचे ध्रुवपद ओळखायचे आहे.

तो कसे ओळखेल? मुंजाबाचा बोल नंतर राधा उत्तर आले की पहिल्याला बोल व राधा शब्द मिळतील. तिसऱ्याचे उत्तर अबोली आले की त्यातला बोलके शब्दातील बोल ही अक्षरे कळताच खूप शक्यता आहे की तो बोल राधा बोल या ओळी ओळखून पुरे वाक्य "बोल राधा बोल संगम होगा की नही" हे तात्काळ सांगू शकेल व सांगू शकला नाही की तो बाद खेळाडू ठरेल.

या खेळात एकापेक्षा जास्त खेळाडू जिंकू शकतील. त्याच्या विजेत्यांना मग काहीतरी समान बक्षीस साऱ्या पराभूतांनी Contribute करून द्यायचे, की संपला खेळ.

तात्पर्य, स्मरणवाढीचा विषय हा काही असा विषय नाही की ज्यामुळे तुमच्या मुलांना तुम्ही हे पुस्तक दिलेत व वाचून पाहावयास सांगितले तर, 'आईने (वा बाबांनी) आपल्या अभ्यासाच्या भाराभर विषयात आणखी एका विषयाची भर घातली,' असे मुलांना वाटावे.

स्मरणवाढ हसत, खेळत, रमत, गमत, हौशीने, उत्साहाने, एकेकट्याने किंवा समूहात एकत्रितपणेही करता येते हे तुमच्या मनावर बिंबवून घेण्यासाठी हा दुसरा दिवस आहे.

आता करू उजळणी साऱ्याची

येथपर्यंत जे शिकला त्याची उजळणी करू. जितके शिकणे महत्त्वाचे तितकेच उजळणी करणेही महत्त्वाचे आहे.

१) जे नवे लक्षात ठेवायचे त्याचे छोटे छोटे तुकडे करणे, ते तुकडे

एकमेकाशी जोडणे व नंतर सर्व एकत्रितपणे जुळवून संबंध संख्या वा कल्पना वा गोष्ट लक्षात ठेवणे हा अधिक सोपा मार्ग आहे.

२) जे नवे लक्षात ठेवायचे ते आधीच लक्षात असलेल्या दुसऱ्या कशाशी जोडले तरच लक्षात राहते. हे जोड तरल कल्पनाशक्तीचा वापरच शक्य करते.

३) जे ठाऊक आहे ते व जे नव्याने शिकलो ते यातील संबंध निरीक्षण शक्ती, कल्पनाशक्ती व एकाग्रतेची क्षमता वापरूनच सापडेल. जितकी जास्त गरज असेल तितक्या त्वरेने त्या संबंधाचा शोध लागेल. जे लक्षात ठेवलेच पाहिजे असे तुम्हाला वाटते तेवढेच लक्षात राहू शकते.

४) निरीक्षण, एकाग्रता, कल्पनाशक्ती व निरीक्षण क्षमता माणसाची अमोघ वरदाने आहेत. जेथे निरीक्षणाची तर्कशुद्धसंबंध जोडण्याची ताकद संपते तेथे कल्पनाशक्तीने काल्पनिक अतर्क्य संबंध निर्माण करावयास हरकत नाही.

५) स्मरणाचा छंद हा स्मरणाचा सराव् बिनकष्टाचा बनवण्याचा एक सोपा मार्ग आहे.

६) स्मरणवाढ व्यक्तिगत स्तरावर जशी शक्य आहे तशी सामुदायिक स्तरावरही शक्य आहे. म्हणजेच शाळा, कुटुंब, क्लब अशा समूहजीवनातही स्मरणवाढीचे यत्न चालू ठेवणे शक्य असते.

स्मरणवाढ ही हसत खेळतच करावी. तरच ती तणावमुक्त, क्लेषरहित व आनंददायी असेल. व तशी ती असेल तरच ती प्रत्यक्षात येईल.

सरावासाठी प्रश्न व उत्तरे

१- खालील संख्या एकदा वाचून परत म्हणून दाखवा.

०१ १२ २३ ३४ ४५ ५६ ६७ ७८ ८९ १००

प्रथम १०० खुंट्यांची यादी तोंडपाठ हवी. तिच्याद्वारे पुढील दहा वस्तू म्हणून शब्द मिळतील.

१) सोडा (०१)	६) लॅच (५६)
२) टीन (१२)	७) चॉक (६७)
३) नेम (२३)	८) कॅफे (७८)
४) मेअर (३४)	९) वीप (८९)
५) रोल (४५)	१०) टॉसेस (१०७)

आता १ ते १० आकड्यांचा बालगीतावर आधारीत खुंटी संच स्मरा, व लगेच वरचा एकेक शब्द कल्पनाविलासाने त्या खुंटीस जोडा.

One-Sun, Two-Show, Three-Tree, Four-Door, Five-Hive, Six-Vicks, Seven-Heavan, Eight-Gat, Nine-Wine, Ten-Hen.

१) सोड्याचे झाकण उघडताच सोडा उडतो व सन् (सूर्या) च्या नाकातोंडात जातो.

२) तुमच्या शूच्या पुढच्या टोकात एक रिकामा टीन अडकलाय नि तुम्ही त्यासकट चालताय.

३) ट्री च्या खोडावर कुणी लिहून ठेवलंय "What is your name?"

४) डोअरवर मेअर अशी पाटी आहे व पुढे कुणीतरी कंसात मेअर घोडी असे लिहून ठेवलेले तुम्ही वाचून हसताहात.

५) हाईव्ह (मधाचे पोळे) बशींत आहे. हातातला रोल त्यात बुडवून मध लावून माशांसकट तुम्ही तोंडात घालता.

६) तुम्ही व्हिक्सच्या बाटलीत बोट घालून लॅचला चोळता त्यासरशी लॅचच्या भोकातून पाणी गळू लागते.

७) हेवनमध्ये मास्तर जातात अन् तेथे चॉक नाही म्हणून मला पृथ्वीवर परत पाठवा अशी तक्रार चित्रगुप्ताला करतात.

८) गेटपाशी येता तो काल रातोरात गेटला समोर खेटून कुणी कॅफे बांधलेला पाहता. तुम्ही भडकून पोलिसाला फोन करायच्या विचारात आहात.

९) वाईनची बाटली पिऊन खाली करून वाईन चढली व तुमचा मित्र ढसाढसा वीप करू लागला.

१०) हेन चोचीत नाणे उचलून घेते व टॉसेस करू लागते.

२)– सरावासाठी प्रश्न व अभ्यासासाठी उत्तर

वरील संख्येतील शून्यापासून सुरू करून एकाआड एक अंक सांगा (थोडक्यात दर नव्या वस्तूचे पहिले अक्षर सांगायचे. उत्तर ०१२३ ४५६ ७८९ व ०.

मनातले टप्पे :

सन ते सोडा ते ०
शू ते टीन ते १
ट्री ते नेम ते २
डोअर ते मेअर ते ३
हाईव्ह ते रोल ते ४
व्हिक्स ते लॅच ते ५
हेवन ते चॉक ते ६
गेट ते कॅफे ते ७
वाईन ते वीप ते ८
हेन ते टॉसेस ते १ व ०

३) सरावाकरता प्रश्न व उत्तर

संख्या-संकेताचे पहिले दहाच शब्द ओळीने आठवा. अंकाक्षरांची यादी आठवा. तिच्या साह्याने संख्या तयार केली आहे. ती बरोबर आहे ना हे तपासून घ्या. नंतर डोळे मिटून ती पूर्ण संख्या म्हणून दाखवा.

९४३१८ ७५८ २१४ १४६५ ६१६४२७ ९२६३४१ ४० २१४१२६ ६१८२७ २८७४ १६२२

उत्तर

ही संख्या

ब्रह्मदेव, एकलव्य, नेत्र, त्रिशूल, चतुःश्रृंगी, पंचामृत, रस, इंद्रधनुष्य, अष्टविनायक, नवग्रह व दशानन शब्दांची बनली.

वरील खुंटी शब्दपाठ केल्यावर ही संख्या तुम्हीही डोळे मिटून पुन्हा पुढील अक्षरे मनात आठवून त्यांचे अंक उच्चारत जशीच्या तशी म्हणून दाखवू शकाल.

ब–१	री–४	रु–४	ना–२
र–४	शू–६	त–१	यक–७
म्ह–३	ल–५	र–४	न–२
दे–१	च–६	स–०	व–८
व–८	तु–१	इन्–२	ग–७
ए	श–६	द्–१	र्–४
क–७	रु–४	र–४	ह्–
ल–५	न्–२	ध–१	द–१
व्य–८	गी–७	नु–२	शा–६
ने–२	प–९	ष्य–६	न–२
त–१	२–२	अश्–६	न–२
र–४	चा–६	ट–१	४८ अंकी संख्या
त–१	म्–३	वि–८	

एकदा वाचून तुमची पाठच झाली की!

आजपासून ५० वर्षांनीही ही तुम्ही जशीच्या तशी म्हणून दाखवू शकणार आहात!

केवळ फक्त १०-१० खुंट्यांच्या दोन याद्या पाठ केल्याने हे शक्य झाले. तुम्हाला तर १००० खुंट्यांचे शब्द उपलब्ध आहेत. **कष्ट करा. गिन्नीज बुकमध्ये नाव यंदा छापून येईल तुमचे!**

❑ ❑ ❑

दिवस चौथा

केवळ एकदा ऐकून तोंडपाठ

दिवस चौथा

ऐकणे सोपे का वाचणे सोपे?

कॉलेजमध्ये काय किंवा शाळेमध्ये काय, तास बुडवून विद्यार्थ्यांचं नेहमीचं नुकसान होतं. तसं पाहिलं तर शिक्षक पुस्तकात दिलेलंच शिकवत असतात. तेच पुस्तक घरी वाचायलाही उपलब्ध होऊ शकतं. तरीही विषय वाचत बसण्यापेक्षा लेक्चरला जाणं सगळे निवडतात. यावरून हे सिद्ध होतं की ऐकणं ही क्रिया वाचणं या क्रियेपेक्षा निश्चितपणे सोपी आहे. शरीराला ऐकण्याच्या क्रियेत कमी त्रास आहे.

ऐकणं आणखी एका दृष्टीने लेक्चरच्या विषयात सुलभता आणतं. पुस्तकी भाषा परंपरेने बोजा राहते. बोली भाषा दैनंदिन वापरातल्या शब्दांची असते. विषय शब्दांवडंबर पूर्णपणे टाळून शिक्षक साध्या साध्या शब्दांनी एकेक कल्पना सुस्पष्ट करीत शिकवतात.

लिखित शब्दांच्या पुस्तकाला नेहमीच स्थलमर्यादा असते. शब्दांची चैन तेथे चालत नाही. पुस्तके क्लिष्ट वाटायचं हेही एक महत्त्वाचं कारण आहे. वक्ता उपमामागून उपमा देत, पुनरुच्चार करीत, साधी कल्पना व्यक्त करतानाही एका वाक्याच्या ठिकाणी दोन वाक्ये वापरून बोलत राहतो. त्यामुळे ऐकून विषय जितका समजेल वा जितका नवे कळल्याचा आनंद मिळेल तितका वाचून मिळणार नाही.

साधारणत: वेगाचा विचार करता असे म्हणता येईल की लिहायला वेळ सर्वांत जास्त लागेल. त्याखालोखाल वाचायला वेळ लागेल. व त्याही खाली ऐकायसाठी वेळ लागेल. म्हणजेच थोड्या वेळात जास्त माहिती मिळवायला ऐकण्यासारखे दुसरे प्रभावी साधन नाही.

एकटे मन व सामुदायिक मन एकाच माणसात कसे?

ऐकणे ही, विशेषत: शाळा-कॉलेजातील लेक्चर्सबाबतीत एक सामुदायिक क्रिया आहे. मानसशास्त्रात माणसाच्या व्यक्तिगत बुद्धीपेक्षा सामुदायिक अवस्थेत तो असतानाची असलेली त्याची बुद्धी वेगळी मानली गेली आहे. बुद्धीच्या सर्वच पैलूच्या बाबतीत हा सिद्धांत खरा ठरतो.

सैन्यात एखादी जवानांची तुकडी एखादा मोर्चा लढवित असते. त्या तुकडीत काही भित्रे असतात, काही शूर असतात. पण ऐन युद्ध सुरू झाले, धुमश्चक्रीला

तोंड लागले की साऱ्या तुकडीचा मिळून एकच जवान तयार व्हावा असे सहकार्य तेथे निर्माण होते. अशा वेळी एरवी भित्रा असलेलाही मोठे शौर्य सहजी जोषात असलेल्या त्याच्या अवस्थेत गाजवून जातो. त्या वेळी जे पुढे येते ते त्याचे सामुदायिक मन. हे त्याच्या व्यक्तिगत भित्र्या मनापेक्षा पूर्णतया वेगळेच मन आहे. विषय आकलन करणाऱ्यासुद्धा दोन मेधा एकाच माणसात वास करीत असतात. जेव्हा माणूस एकटा घरी बसून अवघड विषय पुस्तकांच्या साह्याने शिकू पाहील तेव्हा तेव्हा त्याच्या बुद्धीला मूळ मार्गावरून विचलित करणारी असंख्य व्यवधाने त्याला अभ्यास विषयातून बाहेर ओढून काढीत असतात. त्यामुळे एकट्याची बुद्धी ही खूप मर्यादांनी जखडल्यामुळे दुर्बल झालेली बुद्धी होय. या उलट सामुदायिक मन ही एक वेगळीच वस्तू आहे. जे शौर्याच्या बाबतीत घडते तेच बुद्धिमत्तेच्या बाबतीत घडते. व्यक्तिगत बुद्धी सामान्य असताही समुदायाचा घटक बनल्यावर त्याच विद्यार्थ्यात जी बुद्धी कार्यरत होते ती चमत्कार घडावा तशी असामान्य बनते.

व्याख्यान ऐकताना ऐकणारा एक वेगळाच माणूस असतो असेही म्हणता येईल. सारे तल्लिनतेने व्याख्यान ऐकताना पाहून नकळत तुम्हीही त्यांच्याचसारखे तल्लिन होऊन व्याख्यान ऐकत राहता. सामुदायिकतेचे जे इतर फायदे आहेत तेही त्या वेळी त्यास उपलब्ध असतात. 'कंपनी' मिळते. कंटाळा पळून जातो. लक्ष इतरत्र चळवणाऱ्या गोष्टी व्याख्यान-स्थळी गैरहजर असतात.

उत्कृष्ट वक्त्याचा प्रभाव हा संमोहनासारखा आहे. वक्त्याचे व्यक्तिमत्त्व जर प्रभावी असेल तर ते त्याच्या विषयात मिसळते. एखाद्या वक्त्याचे शब्द संगीताच्या लयीप्रमाणे एका लयीत तुमच्याकडे येतात. तुम्ही त्या लयीशी एकरूप होताच विषय वक्त्याच्या बोलण्याच्या गतीनेच तुमचेही मन स्वीकारत जाते. वक्ता व श्रोता त्यांचा एक ताल, एक ठेका, एक सूर होऊन जातो. काही वक्ते आवेशपूर्ण अभिव्यक्तीकरता प्रसिद्ध असतात. त्यांची निवड ही सदैव जोरकस शब्दांची निवड असते. ते शब्द तुमच्या कानावर अखंड घणाघात करीत आदळत राहतात. नकळतच त्यांचे तुमच्या अंतर्मनावर खोलवर कोरीवकाम घडते. ऐकून जास्त समजते याविषयी दुमत असायचे कारण नाही.

प्रश्न आता उद्भवतो तो असा,

१) ऐकलेले जास्त लक्षात राहते का?

२) केवळ एकदाच ऐकून लक्षात राहील का?

येथे नेमका स्मरणशक्ती ही समज-क्षमतेपेक्षा कशी भिन्न आहे याविषयीचा विचार तपशीलात करावयास लागेल. ऐकताना तुमच्या मनात तीनपैकी एक उद्दिष्ट नक्की असते.

१) तुम्ही प्रबोधन व्हावे, ज्ञान मिळावे, तुमच्यात वैचारिक परिवर्तन घडावे म्हणून ऐकावयास गेलेले असू शकाल.

२) तुम्ही मनोरंजन व्हावे, कुतुहल नावाची इतर चार तहानांपैकी एक तहान भागावी म्हणून ऐकणारे असू शकता.

३) तुमचा हेतू कदाचित वरील दोन्हीहीपेक्षा भिन्न असेल. (दोष काढणे, बोलण्याच्या पद्धतीची नक्कल करणे वगैरे गौण हेतू यात येतात.)

परंतु चौथेही उद्दिष्ट महत्त्वाचे आहे. ते म्हणजे ऐकलेले लक्षात ठेवणे. अल्प कालांतराने ऐकलेल्याचे पुनःस्मरण करता आले तरच ते लक्षात ठेवणे होईल. यासाठी पुढील गोष्टी मदत करतील.

१) जे ऐकत असाल त्या विषयाबद्दल जाणून घेण्याची तळमळ ऐकायला जाण्यापूर्वीच बराच काळ तुमच्या मनात हवी.

२) ऐकतो आहोत त्या विषयाबद्दल मनात खूप गोडी हवी.

३) ऐकण्याच्या विषयात तुमचा फायदा हवा.

परंतु ऐकलेले केवळ एकदाच ऐकून लक्षात ठेवणे यासाठी तंत्राची मदत घ्यावी लागेल.

ऐकावे टिपावे, टिपावे ऐकावे

१) एकाग्रतेने ऐका, ऐकताना वर वर ऐकू नका. वर वर ऐकणे म्हणजे ऐकत आहात त्या विषयाबद्दल उत्सुकता नसताना ऐकणे. ऐकलेले अशा वेळी मनात कसे बसे भरले जाते. कधी कधी काही भरलेच जात नाही. खूपदा आपण वक्त्याच्या वाक्यांनी मोहित होतो. पण वाक्यांपेक्षा मुद्दा वेगळा बनवता आला पाहिजे.

२) ऐकत असताना मनात काही जुळणीची क्रिया चालू हवी. एका मुद्द्याशी दुसरा मुद्दा कल्पनाविलासाने जोडण्याची क्रिया मनात चालू हवी.

३) ऐकत असता मागच्या एक-दोन मुद्द्यांचे क्रमशः पुनःस्मरण करीत पुढचे ऐकत राहावे. या पुनः स्मरणासाठी वक्ता पाल्हाळिक बोलत असला तर भरपूर वेळ मिळतो. ऐकणे यासाठीच निवडक हवे.

४) ऐकताना मनात Precie (प्रेसी) करता यावयास हवी. प्रेसिरायटिंगचेच नियम येथेही लागू करावे. उपमा, उदाहरणे, पुनरुक्ती वगैरे 'प्रेसी' करताना आपण टाळतो. फक्त मुद्दानिहाय ऐकावे.

५) एका मुद्यातून दुसरा मुद्दा तार्कीकतेने निघतो त्या वेळी दोन्ही मुद्द्यांचा मिळून एकच मुद्दा बनवावा.

६) स्मरणासाठी जोड (लिंक) करण्याची रीत विशेष चांगली नाही. त्यापेक्षा खुंटीला जोड करण्याची पद्धत चांगली हे पूर्वी म्हटलेलेच आहे. त्यानुसार असा दर मुख्य मुद्दा एकेका स्मरणखुंटीशी क्रमश कल्पनाविलासाने जोडा.

७) व्याख्यान ऐकून घरी आल्यावर तातडीने सर्व मुद्दे खुंट्यांच्या क्रमाने परत आठवावे व लिहून काढावे. शक्यतो सहकाऱ्यास घेऊन महत्त्वाच्या व्याख्यानांना जावे. त्याला मुद्दे वाचून दाखवून एखादा गळला तर नाही ना हे तपासता येईल.

८) मुद्याचे मग परत विषदीकरण करावयास घ्यावे. हे स्वतःच्या शब्दातच करावे. म्हणजे विषय एकसंध बनतो. जे जे ऐकले त्याची नीट जुळणी व जुळणीतून रचनाबंध तयार होतो.

कधीही महत्त्वाच्या व्याख्यानाला कागद-पेन्सिल घेतल्याशिवाय जाऊ नये. मात्र कागदावर क्रमांक व त्यापुढे मुद्दा व्यक्त होईल असा एक शब्द वा दोन शब्द असे त्रोटकच टिपावे.

अपवादात्मक स्थितीत, जवळ कागद नसला तर १० खुंट्यांचा एकेक संच निवडून त्यास १० मुद्दे जोडावे. दुसरा संच मग घेऊन त्यास पुढचे १० मुद्दे जोडणे. असे पुढे सरकत पूर्ण व्याख्यान नोंदवावे. तसेच व्याख्यान भक्तीभावाविना नीट ऐकले जात नाही असा अनुभव आहे. भक्ती याचा अर्थ वक्त्याचा अधिकार मानणे.

भक्तीचा शास्त्रीय पुस्तकात उल्लेख कशासाठी? उल्लेख आवश्यक आहे. खूपदा वक्ता जे विचार मांडतो त्यापेक्षा भिन्न भूमिका तुमची असते. थोडा वेळ आपली मते गुंडाळून ठेवून वक्त्याच्या भूमिकेत शिरून ऐकाल तरच विषयाचे ग्रहण अचूक होईल. मनात वक्त्याच्या विधानांशी वितंडवाद चालला तर हळूहळू त्याचे बोलणे ऐकू यायचेच बंद होते.

वक्त्याचीच टिपणे प्राप्त होण्याचा मणी-कांचन योग

पाश्चात्य देशात अशी पद्धत आहे की दर व्याख्यात्याने आपले संपूर्ण

व्याख्यान मुद्रित किंवा सायक्लोस्टाईल करून भाषणाआधी किंवा निदान नंतर तरी श्रोत्यात वाटावे.

खूपदा वक्त्याच्या व्याख्यानाचे जे अहवाल नंतर छापून येतात ते विपर्यास्त असतात. अशा वेळी वक्ता नेमके काय बोलला ते अशा नोटस्मुळे नंतर त्यास वा इतर कुणासही सहजी सिद्ध करता येते.

विवाद्य विधाने वक्ता करेलही, पण तो त्याच्या मुद्रित व्याख्यानात ते अंतर्भूत होणार नाही एवढी काळजी घेतो.

खूपदा असेही घडते की व्याख्यानात खूपसा भाग वक्ता आयत्या वेळी सुचतो तसा बोलतो. या उत्सूर्त वक्तव्यात खूपच मूल्यवान विचार तो बोलून जातो. यामुळे व्याख्यान चालू असता तेथेही धावती टिपणे काढण्याची पद्धत रूढ आहे.

असा उत्स्फूर्त मजकूर ओळखता आला तर तेवढाच तुमच्या टिपणात येईल. पण न आला तर?

म्हणून टिपणे काढायची सवय अवश्य हवी. खूपदा आपण भाषणाला जातो ते केवळ शरीराने. आपले मन तेथे नसते. त्यामुळे वक्ता बोलतो एक नि आपल्याला तो बोलला असे वाटते ते दुसरेच असते. टिपण नंतर मुद्रित भाषणाबरोबर ताडून आपण आपली गैरसमजूत दुरुस्त करू शकू.

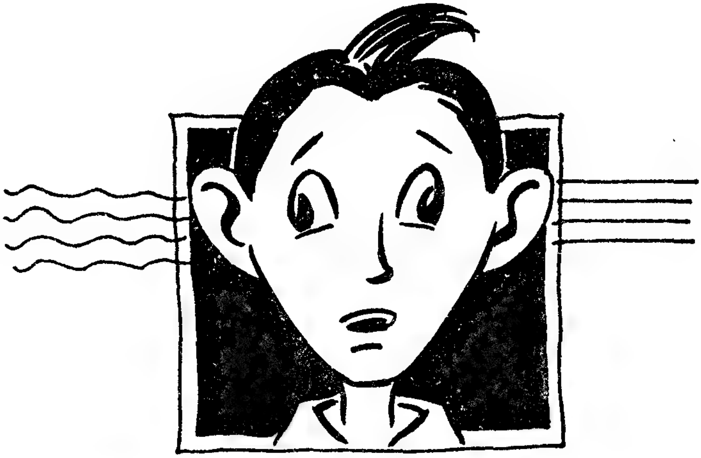
मुख्य नस सापडायला हवी

रक्त तपासणीच्या **वेळी किंवा** शस्त्रक्रियापूर्व नस शोधून नर्स तीत सुई खुपसून रक्त काढते व इंजेक्शन देते. जर नर्स अनभिज्ञ असेल वा जर तुमच्या नसा खोलवर असतील तर ती नर्स जागजागी सुई टोचून पाहते. तुम्ही त्रस्त होऊन जाता.

व्याख्यान समजण्यातही जर श्रोत्याला व्याख्यानाची प्रधान नस नीट पटकन जाणता आली नाही तर अशी त्रस्तावस्था त्याच्याही वाट्याला येईल.

म्हणूनच ऐकताना एकाग्रता हवी व प्रधान मुद्दा वा मुद्दे इतर विषय-विस्तारातून वेगळे करता यावे. यालाच भाषणाची नेमकी नस सापडणे म्हणतात.

ही नस सापडली की पूर्ण व्याख्यान एक अखंड रचना अशा स्वरूपात तुमच्या सहजी स्मरणात राहू शकेल. त्यामुळे सारे व्याख्यान एकीकडे ऐकत असता तुमच्या सहजी स्मरणात राहू शकेल. यामुळे सारे व्याख्यान एकीकडे ऐकत असता तुमच्या सुप्त मनाकडे तुम्ही ही नस शोधत राहाण्याचे कार्य सोपवावयाचे आहे.



ऐकावे जनाचे करावे मनाचे

विचार करणे (Thinking) ही एक बुद्धीत सदैव चालणारी क्रिया आहे. माहिती या क्रियेत वापरल्या जाणाऱ्या इतर अनंत गोष्टीपैकी एक गोष्ट आहे. विचार करणे याला माझी पत्नी स्वयंपाक करणे असे विनोदाने म्हणते. "कसला एवढा विचार करताहात?" असं तिला मी विचारमग्न दिसलो की विचारावंसं वाटतं. मग ती त्या वाक्याऐवजी म्हणते, "काय शिजतय एवढं तुमच्या डोक्यात?" तिच्या 'विचार करणे म्हणजे जणू स्वयंपाक करणे' या म्हणण्याशी सुसंगत अशी 'माहिती' या शब्दाचीही व्याख्या बनू शकेल. माहिती म्हणजे मीठ, मिरची, मसाले, तांदूळ, कणिक, तेल, तूप. स्मरणशक्तीची मग काय व्याख्या याच चालीवर कराल? स्मरण-शक्ती म्हणजे वरच्या सर्व सामानाने माहिती रूपी विविध वस्तूंचा पुरेसा स्टॉक घरात सतत जय्यत ठेवण्याची क्षमता. उत्तम सुगरण खराब वा अपुरा माल ठेवलात तर तुम्हास सुग्रास भोजन देऊ शकणार नाही. अर्थात त्याचबरोबर हे ही ध्यानात असू द्या की अगदी अत्युत्तम बेगमी करून ठेवलेल्या कोठीची चावी स्वयंपाकाची कलाच अंगी नसणारीला दिलीत तरी तुमच्या पुढ्यात बेचव जेवणच येऊन पडेल.

यावरून लक्षात येईल की जी तुम्हाला आवश्यक आहे, जिची मदत असल्याशिवाय अत्युत्तम कार्य अशक्य आहे, तुम्हाला ज्याचा ज्याचा विचार

करायचा असेल त्यासाठी जी माहिती अटळ आहे तिलाच केवळ 'माहिती' हे नाव देता येईल.

माहिती ही अवजड वस्तूच सदैव राहाणार. अमुक दुकानाला गुरुवारी सुट्टी असते, अमुक कारखाना सोमवारी बंद असतो, अमुक रस्ता विशिष्ट बाजूने One way आहे, अमूक वस्तूचे दर उतरू लागले आहेत, असे लहान सहान अगणित माहितीकण तुम्हाला विचार करणे या कार्यात मदतीला घ्यावे लागतात. ही माहिती तुमच्या स्वतःकडे सारखी लक्ष वेधून घेऊ पाहाते. दूरच्या काळाचा विचार करता या माहितीविना विचार करणे ठिकठिकाणी थबकते, अडते. अशा प्रकारची माहिती तुमच्या मेंदूला पेलवत नाही इतकी ती हळूहळू बोजड होत जाते.

अशा वेळी खरे तर माणूस स्वतःच्या स्मरणशक्तीला बोल लावतो. ज्याला विचारच करायचा नसतो त्याला माहितीची गरज नसते. तिच्या स्मरणाचीही गरज नसते. **'माझ्या लक्षात राहात नाही' ही तुमची तक्रार असेल तर तुमच्या मेंदूत विचार क्रिया चालू झालेली आहे असे समजावयास हरकत नाही. त्यामुळे असे म्हणणाराच स्मरण-शक्तीत वाढ कशी करावी या तंत्राच्या शिक्षणासाठी उत्सुक गिऱ्हाईक आहे असे नक्की समजावे.**

माहितीची मेंदूत दाटी होऊन जाते ती केव्हा? माहितीचा बोजा पेलण्यापलिकडे वाढला असे केव्हा होते?

याचे उत्तर म्हणजे माहिती ही अशी चीज आहे की जी पेलवणार नाही असे कधी होणारच नाही. माहितीला जडत्व तुमची वृत्ती देते. तुमचा ज्ञानोपासनेबाबतचा दृष्टिकोण माहितीला बोजड रूपात पाहतो. प्रत्यक्षात माहिती तिच्या चाहत्याला कधीच अवजड वाटत नाही? नायक नायिकेला उचलताना चित्रपटात दाखवतात. तेथे कधी नायक नायिकेला उचलून घेतल्यावर झोकांडे खातोय, पाय हेलपटातहेत, असे कधी तुम्ही पाहिले आहेत? अवजड माहिती नसते. तुमच्या दृष्टिकोणावर ते अवलंबून राहाते.

हा अवजडपणा केव्हा जाणवेल? माहिती मिळवणे किती कष्टकारक होते किंवा माहिती कुठल्या स्रोतातून तुमच्यापर्यंत आली याचा या जाणीवेशी काहीही संबंध नाही. तुम्हाला जो परिणाम हाती येतो त्यानुसार तुम्ही माहितीवर बोजड किंवा हलकी-फुलकी असे शिक्के मारता. तुम्हाला कितीही थोड्या माहितीवर प्रक्रिया करण्याची वेळ येवो, त्या माहितीवर बोजड शिक्का तुम्ही पुढील लक्षणे दिसू लागली की निश्चित मारणार.

जेव्हा भावनातिरेकाने तुम्ही व्यथित होता.

जेव्हा तुमचे मन तणावपूर्ण स्थितीत असते.

जेव्हा तुम्ही निराशावस्थेत शिरता.

जेव्हा तुमचा गोंधळ उडालेला असतो.

जेव्हा तुमच्यात गुन्हेगारपणाची जाणीव असते.

तसेच एका वेळी किती माहितीचा तुम्ही उपयोग करू शकता किंवा करू इच्छिता हे एका बाजूला अन् दुसऱ्या बाजूला तुमच्यावर वर्षणारी अगणित माहितीची बरसात यापैकी काय जादा आहे यावरही माहिती विषयीची तुमची मते अवलंबून राहतात. जर तुमच्या इच्छा कमी असतील तर माहिती ओझे वाटेल. जर तुम्ही खूप काही करू इच्छित असाल तर माहिती हे महत्त्वाचे साधन असल्याने तिचे ओझे वाटणार नाही.

जाणून घेण्याची गरज मनुष्य किती व काय माहिती जमा करेल ते ठरविते.

माणसांचे दोन प्रकार असतात. हे दोन टोकाचे दोन प्रकार झाले. समजा तुम्ही नुकतेच आफ्रिकेत एक दोन ठिकाणी जाऊन आला आहात. आफ्रिका खंडात ५४ देश आहेत. या साऱ्या देशांची नावे मला सांगता आली पाहिजेत अशा इच्छा होणे हे एक टोक झाले. दुसरे टोक म्हणजे सध्या केंद्रीय सरकारात मंत्रीपदी कोण आहेत हे काय करायचेय जाणून? आघाडीच सरकार आहे एवढी ढोबळ माहिती मला पुरे झाली, असं म्हणणारा माणूस.

हुषार माणूस हा या दोन टोकांच्या मध्ये कुठे तरी असण्याची धडपड करतो.

पण हुषार माणसालाही खरंच, त्याला ठाऊक असावं असं वाटतं तेवढं तरी लक्षात राहू शकेल का?'

यासाठीच Richard Saul Wurman नावाचा शिक्षणतज्ज्ञ म्हणतो, "शिकायला उत्सुकता आवश्यक आहे. पण त्याच वेळी माणसानं ज्ञानाच्या बाबतीत थोडं अल्पसंतुष्ट राहाणंही जरुर आहे. अमुक अमुक ज्ञान मला नसलं तरी मी भागवून घेईन असं म्हणण्याची त्याला मानसिक ताकद हवी. एरवी काहीही शिकणं हुषार माणसालाही शक्य होणार नाही!"

माणसांची विद्वत्ता व्यक्त करायला बहुश्रुत विशेषण आहे. श्रवणाला श्राव्य काय हे शहाणा माणूस स्वतःच ठरवत असतो.

अती ज्ञानलालसा म्हणजे सारं माहिती करून घेण्याचा अनावर मोह. असा मोहवश माणूस आपल्या वेळाची उधळ माधळ करून सांगणारा भेटेल तेथे त्याचं

ऐकत बसतो.

त्याचे तो तीन प्रकारे नुकसान करून घेतो.

१) खूपदा जवळपासच्या मंडळींजवळ खूप अनुभव जमा असतो. या माणसाला त्यांच्या जवळ जायला वेळच मिळत नाही. त्यामुळे तो त्यांच्या कडून त्याला सहजी उपलब्ध झालं असतं ते ज्ञान गमावून बसतो.

२) खूपदा माणसाजवळ आधीचं बरच ज्ञान असतं. त्यावरच थोडं चिंतन करायला वेळ काढला तर त्यास नव्याने हातात घेतलेल्या विषयाला वेगळ्या संदर्भात पाहाण्याची संधी मिळेल. पण सारखच नवं नवं ऐकत सुटणाऱ्याला जुन्याचं विस्मरणच होऊन जातं.

माहितीचा लोंढा या पिढीवर सर्व बाजूंनी येऊन कोसळत आहे हे खरं असलं तरी त्या लोंढ्यानं बावरून जाणे तुम्हाला निष्क्रिय बनवेल. त्याऐवजी लव्हाळयासारखे वाका. काही पुराचे पाणी डोक्यावरून गेले तरी काही बिघडत नाही. थोडक्यात 'आपण अडाणी राहू' ही भीती मनातून काढून टाका.

जे आवडतं तेच ऐका त्यामुळे 'उत्सुकता' मरणार नाही. जिवंत राहील. मनाचा गोंधळ थांबेल. सिनेमाची गाणी चटकन पाठ होतात. व्याख्याने विसरतात. जे जे ऐकता त्यातला सूर पकडता येणे हे ऐकलेले क्षणात लक्षात ठेवण्याचे एक महत्त्वाचे गुपीत आहे.

एकदा ऐकू लक्षात ठेवायची गरज विशिष्ट बाबींबाबत मर्यादित आहे हे विसरू नये.

परीक्षेची वेळ

मॅचचा स्कोअर

व्याख्यानाचे मुद्दे

याला प्रत्याभिज्ञा म्हणजे पुर्नजागृती हे नाव आहे. ही जागृती प्रसंगापुरतीच आवश्यक आहे.

❑ ❑ ❑

दिवस पाचवा

वाचले रे वाचले की राहिले लक्षात!

वाचण्याचा वेग वाढवणे फारच सोपे आहे

वाचनकला ही या युगात महत्त्वाची कला आहे. ही अवगत नसेल तर ज्ञानाला मर्यादाच पडतात. वाचनासाठी पुस्तक लागते. पुस्तकाचा मुख्य फायदा म्हणजे ते तुमच्यासह कुठेही जाऊ शकते. जगातले ८० टक्के ज्ञान ग्रंथात बांधलेले सापडेल. दशग्रंथी हे माणसाच्या विद्वत्तेचे विशेषण बनले त्या काळापासून आपण आता खूप पुढे आलेलो आहोत. सहस्त्रग्रंथी हे ही विशेषण आज विद्वान माणसाला तोटके आहे.

ग्रंथ वाचनाची गोडी पाश्चात्यांकडून भारतात आली. त्याआधी साक्षरतेच्या मर्यादा असल्याने ती वरिष्ठ वर्गापुरतीच मर्यादित होती. आजही हीच मर्यादा भारत देशाला त्रस्त करीत आहे. Reading, Writing and Arithmaetic यांना पाश्चात्यांनी "थ्री आर" म्हणून गौरवताना Reading चा क्रम अग्रभागी ठेवला.

काही परीक्षेपुरते वाचतात. काही To kill time वाचतात. काही Escape from life म्हणून वाचतात काही जीवनातील समस्यांना ग्रंथात उत्तर शोधतात. नाटक-कथा-कादंबऱ्या वाचतांना पुर्नप्रत्ययाचा आनंद काही घेतात. काहींचे वाचन त्यांच्या व्यवसायाकरिता म्हणूनच होत असते.

लहान मूल वाचायला शिकले की रस्त्याने जाताना दिसेल ती पाटी वाचत राहते. हळूहळू सोळा वर्षे वयात वाचनाची अभिरुची पक्की होती. २२ व्या वर्षी जीवनातील व्यवसायाला उपयुक्त असे बरेच वाचन होते. ३५ वयानंतर माणूस मनाच्या साऱ्या खिडक्या उघडू पाहतो. त्यांची साप्ताहिक खरेदी विविध विषयांच्या इंग्रजी-मराठी मासिकांची असतेच असते. पन्नाशी ओलांडल्यावर ज्ञानाच्या ओढीची जागा मनःशांतीची निकड होते. अध्यात्माच्या पुस्तकांची खरेदी वाढत जाते. "जे वाचून मनाची भ्रांती मावळते, अवगुण मावळतात, संचिताला तोंड द्यावयाचे धैर्य वाढते, परोपकारी व्हावेसे वाटते, थोडक्यात जे जे वाचून क्रिया पालटते तेच वाचन श्रेष्ठ होय" असे या वयोगटाकरिता रामदासांनी दशक ७, दशक १० व दशक १८.३ याजागी दासबोधात लिहून ठेवले आहे.

वाचन ही संगीतासारखीच तन्मयतेने करण्याची गोष्ट आहे. आपली नजर ओळीवरून फिरते तेव्हा त्यात एकलय असते. लय संथ गतीत पुढे पुढेच जावी. मागे फिरू, वा थबकू नये.

संभाषणाने माणूस हजरजबाबी होईल, वाचनाने माणसास पूर्णत्व येईल.

समाज कोणती पुस्तके अधिक वाचतो त्यावरून त्याची प्रगतीची अवस्था कळते.

भारतात २३ टक्के करमणुकीकरता, २१ टक्के शिक्षणासाठी, २३ टक्के माहिती मिळविण्याची उत्सुकता पुरी व्हावी म्हणून, १८ टक्के व्यवसायासाठी व १५ टक्के अध्यात्मिक वाचन होते असा एक सर्व्हे नॅशनल बुक ट्रस्ट, नवी दिल्ली यांनी नुकताच केला.

डोळ्यांचा व वाचनाचा घनिष्ट संबंध आहे. डोळ्यांची कार्ये दोन– पाहणे नि वाचणे. दुसरे काम पुढच्या प्रकरणात जास्त तपशीलात पाहू. डोळे गतीमान असतात तेव्हा वाचन होते. स्थिर असतात तेव्हा निरिक्षण होते. वाचतानाही फाजील गती चालत नाही. यासाठी पुस्तक १५ से. मी. अंतराच्या आत दूर ठेवावे. वाचताना लाईट पानावर यावा, डोळ्यावर येऊ नये. बुबुळांची सौम्य हालचाल व्हावी. यासाठी विराम चिन्हे किंवा अचिन्हांकित बिंदू ठरवून घेऊन मदत घेता येईल.

वाचनाचा वेग विराम किती कमी ठिकाणी घेता यावर अवलंबून राहतो. या उलट स्मरणाचा वेग किती जास्त ठिकाणी थांबता यावर राहतो.

केवळ डोळे वाचतात हे खोटे आहे. मन व पूर्वज्ञानही त्याच वेळी नवे वाचत असते. पानावरून डोळे फिरवता फिरवता, मनच थांबण्याच्या, विरामाच्या जागा ठरवून टाकते.

माणूस १/१०० सेकंदात २४ अक्षरे किंवा ६ शब्द वाचतो. म्हणजे सेकंदाला ६०० शब्द हा आपला वेग झाला.

अनेक वेळा वाचन फक्त चिंतन विषयांकरिता लागते. त्यावेळी शरीराचा कुठलाही भाग अनैसर्गिक स्थितीत नसावा.

वाचन करताना काहीही गाळू नये. तसेच मनाने स्वतःचे शब्द तेथे कल्पू नयेत. मजकूर बदलून घेऊन वाचू नये. कुठलाही भाग वाचल्याविना सोडू नये. ही निवडीची क्रिया केवळ वाचनाचा वेग वाढवून करावी. नाहीतर गाळणे चुकीचे होते व पुस्तक विषय दुर्बोध बनत जातो. म्हणूनच वाचनाचा वेग सरासरी काढून योग्य राखावा.

दर	दर मिनिटास शब्द
फारच गतीमान	६५०
गतीमान	५५०
चांगला	३५०

बरा	३००
साधारण	२५०
फारच मंद	२००

एकदा वाचून लक्षात यायचे तर ४५० शब्द मिनिटास एवढा वेग पुरेल.

सारी पुस्तके संपूर्ण वाचायची?

वाचलेल्या मजकुरातले संदर्भ वा आकडेवारी अर्थवाही असते. ती कधीच टाळू नये.

एखाद्या डब्यात १०-२० सुटे मणी ठेवणे म्हणजे वाचत सुटणे. तसे मनात ठेवता येत नाही. पढित मजकुरात सूत्रबद्धता, अर्थपूर्णता व उपयुक्तता मनाने आणली तरच वाचन झाले असे म्हणता येते. पुस्तकात काही ठिकाणी असा मजकूर भेटतो की तो मुद्दा वा सिद्धांत वा कल्पना वाचायला पुरेसा वेळ द्यावाच लागतो. त्यातूनच वाचलेल्या शब्दांची रचना बनत राहते.

वाचन म्हणजे शब्द डोळे रूपी पायांनी तुडवत पुढे पुढे जाणे नव्हे. वाचन हा बौद्धिक व्यायामही नव्हे. तो ज्ञान आस्वाद आहे. एक भावनिक क्रीडा आहे.

मजकुरावरून लेखक पटकन ओळखता येणे व त्यानुरूप वाचनाला महत्त्व वा एकाग्रता देणे ठरविणे आवश्यक आहे.

कुणी लेखक अवघड विषय सोपा करण्यात पटाईत असतो. कधी उलटही घडते. साधे उगाचच विद्वत्तापूर्ण वाटावे म्हणून वा अज्ञान झाकावे म्हणून लेखक क्लीष्ट करून लिहिण्यात रस घेतो. शिवाय तुमच्या आवडीनिवडीनुसार तुम्ही लॉर्ड बेकन करी तशी वर्गवारी कराच.

लॉर्डबेकन म्हणे,

''काही पुस्तके वाचून वाचून पचवण्याकरिता असतात. काही चघळायची असतात. काही गिळायची असतात. काही चव घेऊन लगेच थुंकून टाकायची असतात.''

पण,

सारीच संपूर्ण वाचून पाहण्यासाठी असतात!

काय वाचता पेक्षा कसे वाचता ते महत्त्वाचे

कुठलेही पुस्तक विषयाबद्दल ओढ असली तर द्रुत गतीने वाचून आपण

संपवतो. पण खूप वाचन करणे हे हौसेचेच काम आहे. तसेच दर पुस्तक वाचायला घेण्यापूर्वी त्यात प्रथम आपल्याला रस आहे का ते बघावे. गम्य होईल का ते बघावे म्हणजेच त्याच्या विषयाविषयी थोडे तरी पूर्वज्ञान आपल्यापाशी आहे का ते तपासावे.

वाचन ही एकट्याने, मुक्याने, शांततेत करण्याची क्रिया आहे. रेडिओ लावून वाचू नये. T. V. चालू ठेवून वाचू नये. गलका असेल तेथे बसून वाचू नये. व्यत्यय आणणारे घटकांचे सान्निध्यात वाचावयास घेऊच नये. तसेच अस्थिर आसन, बदलता प्रकाश, विसंगत वातावरण यात वाचूच नये.

पण पुस्तकावर खुणा करणे अयोग्य नाही. (मात्र मग ते पुस्तक स्वतःचे असावे. खुणांच्या जागा ही जणू पुस्तकाची 'समरी' असते.)

वाचनाचे हेतू अनेक. जसा चिंतन, करमणूक, उपयुक्तता तसाच वाचलेले लक्षात राहणे हा एक वेगळा हेतू आहे.

१) लक्षात ठेवणे अनेकदा वाचून होईल.

२) नोटस् काढून होईल.

३) पुनर्वाचन करून होईल.

४) वाचलेले अन्यत्र उपयोगात आणून होईल.

काही वाचन आपोआपच लक्षात राहते. वरच्यापैकी काहीच करावे लागत नाही. त्या वेळी

'ते वाचन भावनांचा प्रक्षोभ घडविते.'

'ते सुखदायक असते.'

वाचन मनात रेंगाळेल, पण किती दिवस?

एकदा उपाशी ठेवलेल्या ५० मुलामुलींना शब्द पाठ करायला दिले. त्यात १८ शब्द खाद्यपेयादी चविष्ट वस्तूंचे होते.

पाहणीत लक्षात आले की साऱ्यांनी २७ शब्दांच्या आसपास लक्षात ठेवले. आपल्याला जे प्रिय ते तर चटकन लक्षात राहतेच.

पण जेवणात 'रफेज' म्हणून कोशिंबीर भरपूर खाल्ली जाते तसेच प्रिय शब्दांसह अप्रिय (म्हणजे तटस्थ) शब्दही त्यांनी सहजी स्मरणात ठेवले.

स्मरण नि समज एकच?

पण याच पुस्तकात स्मरण म्हणजे सर्व काही नव्हे, हेही नमूद करणे अत्यावश्यक आहे.

दुर्दैवाने आजच्या परीक्षापद्धती विद्यार्थ्याला विषयाची समज किती आली आहे याचे मोजमाप करीत नाहीत. शिक्षकाने शिकवलेले वा पुस्तकात वाचलेले, परीक्षेच्या पेपरात विद्यार्थी स्मरणाद्वारे किती उद्धृत करू शकतो यावर विद्यार्थ्याची गुणवत्ता परीक्षापद्धत ठरवते.

आपणास सध्या तरी या शिक्षणपद्धतीशी जुळवून घ्यावेच लागेल. दुसरा काही उपाय नाही.

म्हणजेच, अल्पकाळापुरते तरी शिकलेले सारे स्मरणात जागृत राखणे विद्यार्थ्यास भाग आहे. खूप वर्षे ते स्मरणात कोरून ठेवण्याची आवश्यकता नाही.

तसेच चालू शिक्षणपद्धतीत विद्यार्थ्याला खूप विषय एकदम शिकावयास लागतात. शिक्षकांच्या दृष्टीने, उपलब्ध तासिकात पूर्ण अभ्यासक्रम पूर्ण करण्याची त्यांच्यावर टाकलेली जिम्मेदारी ते व त्यांचे विद्यार्थी अशा दोघांनाही पेलण्याजोगी नाही.

मग एवढे विविध विषय अभ्यासक्रमात का ठेवतात? यामागे अभ्यासक्रम ठरवून देणाऱ्या शासनाचे म्हणणे काहीसे असे आहे.

'लहान मुलाच्या पानात घातलेले सारे तुम्ही त्याला खाऊन बघण्याची सक्ती का करता? कारण मोठा झाल्यावर त्यापैकी त्याला आवडेल ते तो निवडू शकेल म्हणून! मुलाला साऱ्या चवी निदान ठाऊक हव्या. तसे विद्यार्थ्याला साऱ्या ज्ञानशाखांचे ढोबळ ज्ञान हवे. थोडे, थोडे साऱ्याच विषयांचे त्यास ज्ञान असेल तर त्याच्या पुढील विकासासाठी तो योग्य विषयाची निवड करू शकेल.'

म्हणजेच आजच्या विद्यार्थ्याला आपल्या पिढीपेक्षा खूपच जास्त अभ्यास करावयाचा आहे. त्यास जास्त 'माहिती' दिली जात आहे. त्याने जास्त माहिती स्मरणात ठेवावी अशी शिक्षणखाते तरी अपेक्षा बाळगते, हे नक्की.

शिक्षण-अभ्यासक्रम म्हणजे एका शब्दात, माहितीचा विद्यार्थ्यावर वर्षाव. विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासविषयात अनंत ज्ञानशाखांची माहिती कोंबलेली असते. ती सारी त्याला पूर्ण समजावी अशी अपेक्षाच नसते. त्याला त्या माहितीला परीक्षेच्या मंडपात विविक्षित वेळात पेपरात पुनर्जिवित करता आले की शाळांना पुरे असते!

स्मरण म्हणजे हा माहितीचा लोंढा मेंदूरूपी घरात अडथळ्याविना शिरू देणे होय. परीक्षा म्हणजे हा सक्तीने मेंदूत घुसवला गेलेला माहितीरूपी जलनिधी विद्यार्थ्यांच्या मेंदूत परीक्षेच्या तारखेपर्यंत टिकला आहे का, याची तपासणी होय.

त्या सर्व भानगडीत 'माहिती'चे स्वागत का करायचे तेच विसरले जात असते. त्यामुळेच, मेंदूने आत घेतलेली माहिती तेथे नंतर टिकूनच राहत नाही. अभ्यास करूनही विद्यार्थी नापास होतो. जर माहितीचे उद्दिष्ट ठरले तर मेंदूस तिची उद्दिष्टानुरूप रचना करता येईल. माणसाच्या स्मरणशक्तीचा एक विशेष आहे. रचनाबद्ध माहिती असली तरच ती एकत्रित बांधलेल्या स्वरूपात स्मरणात राहते. तात्पर्य, स्मरणात काहीही ठेवायचे असेल तर मिळालेल्या माहितीचे उद्दिष्टाच्या संदर्भाने मेंदूत संपादन घडले पाहिजे.

यालाच हेतूपूर्वक वाचन असेही म्हणता येईल. वाचताना मजकुरातले निवडक वेचणे असे म्हणता येईल. अशी वेचक माहिती स्मरणात ठेवणे कधीच कठीण जात नाही.

पुढचा मुद्दा हुषारीचा. जरी माहितीची निवड मेंदूने केली, रचना बनवली व ती वेचक माहितीची सुसंबंध रचना स्मरणात बाळगली तरी ते स्मरण म्हणजेच हुषारी असे म्हणता येणार नाही. स्मरणात असणे वेगळे व बुद्धिमत्ता वेगळी.

स्मरण म्हणजे विवेक वा सारासार-बुद्धी किंवा निर्णयक्षमता नव्हे. स्मरण म्हणजे ज्ञानही नव्हे. विवेक, सारासार विचार व ज्ञान यांच्यात स्मरणात साठवलेल्या माहितीचे रूपांतर होण्याच्या प्रक्रिया वेगवेगळ्या आहेत. या पुस्तकाचा तो विषय नाही, हे येथे स्पष्ट केलेले बरे. केवळ एक उदाहरण म्हणून, माहिती व ज्ञान यात कसा फरक आहे ते बघा! ज्ञान म्हणजे माहितीच्या एका प्रकाराचे दुसऱ्या प्रकाराच्या माहितीच्या स्वरूपात मूल्यांकन. काय महत्त्वाचे नि काय बिगर महत्त्वाचे हे जर तुम्हाला ठरवता आले नाही, काय खरे आहे व काय खोटे आहे हे जर तुम्हाला ओळखता आले नाही, कारण कोणते नि परिणाम कोणता हे त्या संयुक्त माहिती जंजाळातून विलग करता आले नाही किंवा संबंधित माहिती व असंबंध माहिती यातला फरक समजला नाही तर त्या दर वेळी माहिती ही माहितीच राहील! तिचे ज्ञानात रूपांतर होणार नाही. स्मरणात माहिती टिकणे म्हणजे ज्ञान कसे नाही याचे स्पष्टीकरण येथे दिले. स्मरणातली माहिती म्हणजे विवेक नव्हे, सारासार विचार नव्हे निर्णयक्षमता नव्हे, याप्रमाणेच बुद्धीमत्ताही नव्हे.

बुद्धिमत्ताही व्याख्येत बंदिस्त करता येणार नाही. कारण तिचे अक्षरशः

अगणित पैलू आहेत.

पण बुद्धिमत्तेची नकारात्मक व्याख्या जरूर करता येते. **बुद्धिमत्ता म्हणजे निवडक विसरता येणे!**

व्याख्या वाचून बुचकळ्यात पडण्याचे कारण नाही. बुद्धीमान माणसांना सामान्य-माणसापेक्षाही कमी स्मरण असते! कारण शूद्र गोष्टी त्यांचा मेंदू सतत दूर फेकून देत असतो. हुषार माणूस तोच की जो आपल्या मेंदूच्या खोलवरच्या आतल्या कप्प्यात फक्त महत्त्वाची माहिती नीट ठेवतो व कमी महत्त्वाची माहिती, कागद, डायरी, फोन नंबरची वही अशा नावांच्या बाह्य मेंदूत लिहून ठेवतो. मुळीच महत्त्व नसेल तर ती माहिती त्याचे डोळे त्या माहितीचा कुचकामीपणा ओळखेतोच वाचतात व लगेच विस्मरणात ढकलतात.

विस्मरणाचे गोडवे गाऊ तेवढे थोडे

बुद्धिमत्ता म्हणजे निवडक विसरून जाणे. दरदिवशी नवनव्या माहितीचा आपल्यावर अगदी बाँबवर्षाव होत असतो. हे अब्जावधी माहितीकण कितीही सूक्ष्म असले, तरी त्यामुळे मेंदूत इतकी गर्दी होईल की मेंदूस जराही हलता येणार नाही; आपले कुठलेच कार्य धडपणे करता येणार नाही.

सुदैवाने तशी वेळ कुणावर सहसा येतच नाही. कारण माणूस तसा पक्का स्वार्थी प्राणी आहे. 'हे माझ्या अस्तित्वासाठी लागेल का?' ही कसोटी लावूनच तो माहिती स्मरणात ठेवायची का सोडून द्यायची हे ठरवत असतो.

एकूण 'शिकणे' याचा अर्थ 'खूपसे न शिकणे' असाही करणे चूक ठरणार नाही. शिकण्यात खरी अडचण नंतरच येते. जे शिकले ते क्षणाक्षणाला जुने होऊन जात असते. वेळोवेळी आपल्याला ते शिकलेलेही विसरून जावे लागेल! शाळेत 'लोकमान्य टिळकांच्या पुण्यतिथीची तारीख लक्षात ठेवणे जरुरीचे होते. शिवाजीच्या जन्मसालालाही महत्त्व होते. मोठे झाल्यावर मात्र तुम्ही लगेच मनाला सांगून टाकता, '२६ जानेवारीला भारत प्रजासत्ताक झाला, १५ ऑगस्ट १९४७ ला भारताला स्वातंत्र्य मिळाले, या तारखा आता लक्षात ठेवायच्या. १६३० साल (शिवाजीचे जन्मसाल) विसरले तरी चालेल. १९२० साल (टिळक मृत्यू) विस्मरणात टाकून थोडी जागा मेंदूत आता यंदा १५-८-१९९७ ला भारताला स्वातंत्र्य मिळून पन्नास वर्षे पुरी झाली' या माहितीला दिली, तर बिघडणार नाही!

हे साऱ्यांना कळते, पण वळत नाही! मग आपण सारे तक्रार करीत राहतो.

"आमची मेमरी बुवा बेताची आहे. सगळीकडे आम्हाला मिळाला तो पासवक्लास. म्हणून तर आम्ही असे मागे पडलो!"

मागे पडण्याचे खरे कारण स्मरणशक्तीचा अभाव हे नाही. विस्मरणशक्तीचा अभाव हे आहे. विसरण्याजोगे लाखो माहितीकण उगाचच लक्षात ठेवीत आपण लक्षात ठेवण्यायोग्य जे आहे तेच विसरायला पाहतो.

स्मरणशक्तीच्या पुस्तकात स्मरणाला तुलनात्मक फार गौण महत्त्व आहे, फार खालचे स्थान आहे, असे लिहिणे बरोबर नाही, असेच कुणीही उद्‌गार काढेल. पण विस्मरणशास्त्र ही सुद्धा एक शिकण्यायोग्य ज्ञानशाखा आहे असे म्हणायला कुणाची हरकत नसावी! स्मरणशक्तिमान म्हणवून घेण्याऐवजी बुद्धिमान होणे जास्त मोलाचे आहे व त्यासाठी विस्मरणाचे शास्त्र शिकणे हे स्मरणाचे शास्त्र शिकण्यापेक्षाही फार महत्त्वाचे आहे.

माणसाने वाचलेच पाहिजे का? होय. पण वाचन खूप असायलाच हवे का? नाही! वाचन निवडक हवे. मनात एखादे उद्दिष्ट ठेवून केलेले हवे. दिसेल ते वाचणे, वाचन नाही. पण निवडक वाचन खूप हवे.

वाचलेले सारेच लक्षात राहायला हवे का? ते खरे तर वरदान ठरायच्या ऐवजी शापच ठरेल. सर्व वाचन लक्षपूर्वकच हवे का? याचे उत्तर होय व नाही असे दोन्ही आहे. वाचनाने बुद्धी वाढली पाहिजे. वेळ असेल तर भरमसाठ वाचावे. पण वाचाल ते लक्षात राहयलेच पाहिजे, असे म्हणू नका.

कारण जसा नुसते वाचत सुटायला अर्थ नाही तसाच नुसते लक्षात ठेवण्यातही अर्थ नाही.

माझे एक स्नेही नाट्यवाङ्मयाचे गाढे अभ्यासक होते. मराठीतले एकही नाटक त्यांनी वाचल्याशिवाय सोडले नाही. तसेच ते नुसते नाटक वाचून टाकत नसत, तर त्याचा लेखक कोण ते लक्षात ठेवत, त्याचे प्रयोग किती झाले ते लक्षात ठेवत, त्यातल्या नटनट्यांची, विशेषतः नायक, नायिका, खलनायक, गायक नट व विनोदी पात्रे इत्यादींची नावे पटापट केव्हाही सांगता येतील अशा रीतीने अभ्यासत. प्रत्येक वाचलेल्या नाटकाच्या असंख्य बाबींचा विचार केल्यानंतरच ते दुसऱ्या नाटकाला वाचण्यासाठी हात घालत.

मला एकदा स्वातंत्र्योत्तर मराठी नाटकांवर लेख तयार करायचा होता. १९९० ते १९९७ असा पाच वर्षांचा काळ मी निवडला होता. माझ्या या स्नेह्यांना मी विनंती केली. त्यांनी आठ दिवसांनी मला बोलावले. मी तसा जाताच त्यांनी मला

जे जे हवे ते सारे लिहून माझ्या पुढ्यात टाकले. जणू इंटरनेट प्रिंट-आऊटच.

मी त्यांचे आभार मानून निघालोच होतो. पण क्षणभर थबकलो. मनात एक विचार आला होता. येत्या दोन-चार महिन्यात जर एक-दोन छान नाटकं लागली तर पाहावी हा तो विचार! म्हणून मी त्यांना प्रश्न केला,

''तुम्हाला आवडलेल्या नाटकांपैकी चार-पाच नावे सांगून ठेवा ना! संधी येईल तेव्हा पाहीन म्हणतो!''

त्यांना प्रश्न समजलाच नाही! ते संभ्रमाने माझ्याकडे पाहत होते. नंतर ते उद्‌गारले, **''मला आवडलेली? मी कसं सांगू? मी नाटकं सारीच पाहतो. पण केवळ एक अभ्यास म्हणून! मला गेल्या तीस वर्षांतल्या नाटकांची नावं विचारा. मी सांगेन. साऱ्यांचे नुसते लेखक विचारा, किंवा त्यांचे दिग्दर्शक विचारा, मी ते सारे सांगू शकेन! पण नाटक कुठले आवडले म्हणता? मी त्या दृष्टीने कधी कुठले नाटक पाहतच नाही. केवळ अभ्यासाच्या दृष्टीने मी नाटके पाहतो!''**

त्यांचे उत्तर ऐकून माझा त्यांच्याविषयीचा त्याच्या अद्‌भुत स्मरणशक्तीविषयांचा सारा आदर क्षणात नष्ट झाला. इथे ज्ञान होते, स्मरण होते. पण त्यांचा उपयोग करून त्यातून काही निष्कर्ष असे काढण्याची इच्छाच नव्हती. 'हे नाट्यतज्ज्ञ असतीलही, पण नाट्यरसिक निश्चित नाहीत,' असा मी त्यांच्यावर स्पष्ट शिक्का मारून टाकला.

नुसते वाचन ही शुष्क गोष्ट आहे, त्याचा काही उपयोग करायचा नसेल, त्यातून स्वज्ञानाची विषयाची समज वाढवावयाची नसेल, आनंद लुटताच येत नसेल तर त्या वाचनाला व त्या वाचनाच्या स्मरणाला काहीच अर्थ नाही.

सीमारहित वाचनाची शक्यता केवळ तुमच्या बाबतीत

वाचलेले लक्षात का ठेवावे या विषयाशी वरच्या अनुभवाचे जवळचे नाते आहे.

परंतु वाचनाने शहाणपण कसे प्राप्त करून घ्यावे हा विषय या पुस्तकाचा नाही. फक्त झटपट खूप कसे वाचता येईल याबद्दलच्याच काही युक्त्या येथे दिल्या आहेत.

विस्कळित माहितीचे तुकडेच तुकडे आपण सदैव वाचत असतो. पण आपल्या मेंदूला एक संवय आहे. वाचलेल्या या तुकड्यांचे, या विविधतापूर्ण

माहितीचे आपला मेंदू एक शिल्प तयार करीत असतो. त्यातून एक सुसंबंध विषय रचत असतो. एक रचना निर्मित असतो. आपल्या प्रत्येकाच्या मेंदूच्या काही खास आवडी असतात. त्यानुसार ही रचना घडते.

१) कुणाला प्रत्येक गोष्टीचा कार्यकारण संबंध कळून घ्यावासा वाटतो.

२) कुणाच्या सृष्टीत क्रम आहे, २ नंतर ३ येणार, रात्रीनंतर सकाळ येणार, सकाळनंतर दुपार, दुपारनंतर संध्याकाळ क्रमानेच येणार यावर विश्वास असतो. त्यामुळे ते जे जे विस्कळीत वाचतात त्यातून क्रमबद्धता शोधत राहतात.

३) Moral, नीतीतत्त्व, नियम काढायला काहींना आवडते. त्या संदर्भातच ते वाचलेले निवडून मग संग्रह करतात.

वाचलेले टिकण्यासाठी अशा माहितीच्या संपादनाचा फार उपयोग होतो.

मोजणे ही संकल्पना घ्या. अंक मोजत तुम्ही क्रमशः पुढे पुढे सरकत जाल. एका बिंदूपर्यंत जाऊन थांबले की मग तेथपर्यंत सर्व मोजलेले अंक एक रचना बनेल. रचनेतूनच तुम्हास विशिष्ट संख्या विषयक ज्ञान कुठे आहे तेथे थेट संपर्क साधता येऊ शकेल.

पण अनंतापर्यंत अंक वाचत राहिलात तर तेथे काहीच एकसंध असे तयार होणार नाही.

दर वाचनाअंती एक सुसंबंधित असे भावविश्व वा ज्ञानविश्व तयार व्हावयास हवे. **दर वाचनाला सीमा हवी.**

कॉंप्युटरकडूनही शिकण्याजोगे खूप काही

माणूस स्नायूच्या बळावर कृती करी. पहिली औद्योगिक क्रांती म्हणजे स्नायूंनी यंत्राला जागा करून दिली.

माणूस बुद्धीचा वापर करू लागला. दुसरी कॉंप्युटर क्रांती म्हणजे बुद्धीने कॉंप्युटर यंत्राला जागा करून दिली.

पण या क्रांतीने एक वेगळीच भीती मानवापुढे उभी राहिली आहे. हे कॉंप्युटरचे शास्त्र माणसांची रोजी-रोटी छिनून नेईल. काही प्राथमिक भीती तर आहेच. पण जगज्जेता रशियन शतरंजपटू कास्पोरोव्हच्या डिपब्ल्यू कॉंप्युटरने केलेल्या ताज्या पराभवानंतर मानवी बुद्धीला कॉंप्युटरच्या ताकदीशी मुकाबलाच करणे अशक्य आहे असे वाटू लागले आहे.

पण मनुष्य जबरदस्त आशावादाचे प्रतीक म्हणून देवाने जन्माला घातला

आहे. माणसाला अंतहीन महत्त्वाकांक्षा जन्मतःच प्राप्त आहेत.

पक्षी उडताना दिसला.

विमानाचा शोध लावून माणूस उडू लागला.

पण स्वतः उडण्याची महत्त्वाकांक्षा अजून कुणा मानवात नसेलच असे सांगता येणार नाही.

माणसाने कॉँप्युटर बनवला. म्हणजेच माणसांकडून कॉँप्युटर शिकला. एक कल्पना आता जन्म पावत आहे. कॉँप्युटर कसे कार्य करतो ते पाहून, माणसाला Computer Memory चे निरीक्षण करून, स्वतःची मेमरी तशीच नाही तरी आज आहे त्यापेक्षा काही पट वाढवता येईल का?

मानवी बुद्धीच्या प्रतिक्रिया व प्रक्रिया यांची पुनर्रचना करून घेऊन काही सामर्थ्य प्राप्त करून घेता येईल का?

एकच गोष्ट मानव यंत्राकडून आजपर्यंत शिकला तर त्याचा केवढा फायदा झाला. ती गोष्ट म्हणजे कामाचे छोटे छोटे तुकडे करणे व दर छोटे काम सोप्या पायऱ्यात पुरे करणे.

आजही कॉँप्युटरची काही तंत्रे उचलून माहितीचा जो वर्षाव माणसावर होत आहे त्या माहितीला माणूस हाताळू कसा शकेल यावर पुढील अभ्यास जगभर चालू आहे.

१) समान रचना ओळखता येणे (Recognising Common Structures)

२) काही असंबंधीत माहितीला पूर्णता देणारे दुवे शोधून काढता येणे.

३) खूपशा माहितीचे विहंगावलोकन करीत हव्या त्या माहितीवर घारीप्रमाणे नेमकी झडप घालून त्वरेने ती माहिती यंत्रातून उचलणे.

माणसाची मेमरी नि कॉँप्युटरची मेमरी याची गोत्रेच भिन्न

काही ठिकाणी माणूस यंत्रापुढे कमी पडणारच. त्यास इलाज नाही.

ती ठिकाणे अशी–

कॉँप्युटर कंटाळतच नाही.

कॉँप्युटर दमतच नाही.

कॉँप्युटरच्या वेगाच्या जवळपासही मानवी देहाला कधी पोचता येणार नाही.

एकावेळी अगणित गोष्टींचा एकसमयावच्छेदेकरून कॉँप्युटर विचार करून अंतिम कृती पटकन् करतो. मानवाला तेवढा विचार करायला 'काळ', 'आयुष्य',

'शक्ती' इत्यादी मर्यादाच मर्यादा आहेत.

सुदैवाने माणसाजवळ अशा काही गोष्टी आहेत की ज्या कॉंप्युटरला नाहीत.

–माणसाजवळ कल्पनाशक्ती आहे.

–माणसाला प्रतिभा व नवे शोधण्याची क्षमता आहे.

–माणसाला भावना आहेत.

–माणसाला वात्सल्य व कुतुहल आहे. या सर्वांतून माणसाच्या मनात खूप इच्छा निर्माण होतात. तो त्यामुळे उत्तेजित होतो. प्रश्न विचारत राहतो. उत्तरे शोधून काढत राहतो. त्यास प्रगतीची इच्छा सतत पुढेपुढे ढकलत असते.

हे सारे त्या यंत्राला ठाऊकही नाही.

कॉंप्युटरला वीजशक्ती पुरवते. माणसाला कुतुहल शक्ती पुरवते. त्यातूनच Human Browsing is faster than internets any kind of Browsers हा विचार पुढे आला आहे.

रचना ओळखता येणे ही माणसाची फार मोठी शक्ती आहे. याला 'त' वरून 'ताकभात' ओळखणे म्हणता येईल. यंत्र वाचून मगच काही सांगू शकते. माणूस न वाचताच ते सांगू शकतो. तसेच, जे लिहिलेले नाही तेही माणूस वाचू शकतो.

पुढील मजकूर कॉंप्युटर पुरा करू शकणार नाही. गाळलेले शब्द भरू शकणार नाही. पण तुम्ही ते सहजी करू शकाल.

पाह्यचंय् करून?

"ही वाघाच्या... ची गोष्ट आहे. वाघ वयात आलेला, चपळ व थोराड नि बारा फूट... होता. आदल्या... च आम्हाला वाघाने अर्धवट... टाकलेले जनावर दिसले होते. आम्ही तेथेच आज... धरून संध्याकाळपासून बसलो होतो. रात्र... अपेक्षेप्रमाणे रात्री २... वाघ तेथे आला. तो येताच आम्ही... धरला. पहिल्या... वाघ ठार झाला."

माणसाची प्रतिक्रिया तार्किक होते. तेथे जसा कॉंप्युटर कमी पडतो तशीच माणसाची प्रतिक्रिया जेथे अतार्किक असते तेथेही कॉंप्युटर कमी पडतो. माणूस शब्द बोलतो. कॉंप्युटर शब्द बोलतो. पण माणूस म्हणी, वाक्प्रचार तयार करतो. कॉंप्युटर येथे नाकाम सिद्ध होईल.

अनुभूती विशुद्ध स्वरूपात मानवालाच घडू शकते. कुठलाही कॉंप्युटर तिच्या जवळपासही जाऊ शकत नाही.

या सर्व तुलनात्मक सरस गोष्टी बरोबर घेऊन मनुष्य कॉंप्युटरमधील जेवढे

शक्य आहे तेवढे तंत्र शिकायला आता सरसावल्यामुळे विजय माणसाचाच होईल.

Computer Memory हा या शब्दाचा गैरवापर आहे. खरी Memory केवळ माणसालाच आहे.

म्हणूनच आता शेवटच्या चमत्काराकडे वळू या.

केवळ एकदा पाहून लक्षात ठेवणे! हा आपल्या प्रवासाचा अंतिम टप्पा!

वाटतेय का खूप काही नवीन असं आपण येथपर्यंत शिकलो असं?

❑ ❑ ❑

दिवस
सहावा

फक्त एकदा पाहून लक्षात!

पाहणे, निरीक्षण करणे, कल्पनेत पाहणे

पाहणे म्हणजे निरीक्षण करणे. हा पुरा अभ्यासक्रमच निरीक्षणशक्तीवर उभारला आहे. हे निरीक्षण नसेल तर कल्पना विलास अशक्य आहे. कल्पनाशक्तीच्या मदतीशिवाय पूर्वज्ञानाला नवे ज्ञान जोडणे जमणार नाही.

माणसांचे चेहरे पाहण्याचीच गोष्ट घेऊ. माणसास केवळ एकदा पाहून त्याचे नाव व त्याचा चेहरा या दोन गोष्टी एकदम लक्षात आणायच्या तर आपणास नाव व चेहरा या दोन्हींना एखाद्या अन्य वस्तूचे रूपात पाहावे लागेल. त्या वस्तूंची निवड तुम्ही खूप पाहिलेले नसेल तर कशी करणार? निरीक्षण म्हणजे नुसते खूप पाहणे नव्हे. खूप तपशीलात जाऊन प्रत्येक गोष्ट पाहणे म्हणजे निरीक्षण.

आपण पाहातो. सतत काही ना काही पाहातच असतो. पण फारच थोडे वेळा आपण निरीक्षण करतो.

तुम्हाला जर असं वाटत असेल की तुम्ही तरी नेहमीच सारं नीट पाहता तर पुढील प्रश्नांची उत्तर द्या बरं?

१) घराचं कुलूप उघडताना तुम्ही किल्ली डावीकडे फिरवता की उजवीकडे?

२) तुमच्या बँकेत आज नेमका किती बॅलन्स आहे?

३) रस्त्यावरच्या सिग्नलच्या खांबावर सर्वांत वर हिरवा दिवा असतो का लाल दिवा असतो?

समजा, चुकून तुम्ही तीनातली दोन उत्तरे बरोबर दिली तर आता सांगा बरं पटकन.

चार हजार नव्व्याण्णवचा पुढचा आकडा कोणता?

तुमच्या रिस्ट वॉचवर आकडे भारतीय आहेत (१, २, ३ वगैरे) का रोमन आहेत?

हजार वेळा तुम्ही पाहिलेल्या या साऱ्या गोष्टी आहेत. जर उत्तरे चूक दिली असतील तर तुम्ही केवळ पाहता, निरीक्षण करीत नाही, हे स्पष्ट आहे.

नुसतं पाहाणं सोपं आहे. निरीक्षण ही कला आहे. ती शिकावीच लागते. रोजच्या जीवनात निरीक्षणाचाच उपयोग असतो. कारण निरीक्षणाशिवाय स्मरण शक्य नसते.

दोन्ही क्रियांना वेगवेगळे अवयव लागतात हे ठाऊक आहे का तुम्हाला?

पाहायला केवळ डोळे पुरतात.

निरीक्षणाला मात्र मनही लागते.

अंतःचक्षूंपुढे साध्या चक्षूंनी पाहिलेलले दृश्य पुनर्निर्मित [illegible] आवश्यकता पडते. पाहणे व निरीक्षण करणे यात फरक [illegible]

जेव्हा ध्यानपूर्वक तुम्ही काही पाहता ते निरीक्षण होय. **[illegible] असते तेव्हा डोळे अंधळे बनतात,** अशी चिनी म्हण आहे.

पाहावे कसे हे देखील आता आम्हाला शिकवणार का?

निरीक्षणात एक अंगभूत मर्यादा आहे. निरीक्षण कधीच शुद्ध [illegible] त्यात तुमचा रस मिसळलेला असतो. त्यामुळे ते निरीक्षण पाहण्यापेक्षा [illegible] असते.

तसेच निरीक्षणाचे शिक्षण आवश्यक असते. अशिक्षित पाहणे [illegible] पाहण्याच्या नियमांचे ज्ञान वापरून पाहणे वेगळे. दुसऱ्या प्रकारचे [illegible] निरीक्षण होय. रुडयार्ड किपलिंगने ज्ञानासाठी चार छोट्या गुरुकिल्ल्या सांगितल्या आहेत. त्याच पाहाण्याचे रूपांतर निरीक्षणात करतात.

काहीही पाहाताच स्वतःच प्रश्न निर्माण करा.

केव्हा?

कसे?

कुणी?

का?

आईनस्टाईनचा सापेक्षता सिद्धांत सांगतो, **'एखादा रंग लाल आहे असे आपण पाहतो तेव्हा आपण पृथ्वीवर आहोत म्हणून तेथे तो लाल दिसत आहे, इतर ग्रहावर वेगळाही दिसू शकेल.'**

ट्यूबचा उजेड आपण Day Light म्हणतो. रात्री तो Day Light च आहे. पण दिवसा? दिवसा तो भिन्न आहे म्हणून तर ट्यूब लागलेली जाणवते!

हे प्रश्न तुमचे कुतुहल जागृत करतात. कुतुहलपूर्वक तुम्ही एखादी गोष्ट पाहता तेव्हा तुम्ही अधिक स्पष्टपणे तिच्यातले स्थूल व सूक्ष्म असे सारे काही पाहता.

जर तुम्ही उद्या दिल्लीला पार्लमेंट हाऊस बघायला निघणार असाल तर आधी पार्लमेंटनबद्दलची तुमची उत्सुकता वाचून पूर्ण करून घेऊन मगच निघा. तुम्हाला मग तेथे जी पार्लमेंट दिसेल ती पूर्ण असेल. वरवरची नसेल. ती तुमच्या इतर ज्ञानाने जास्त आकर्षक दिसेल. तुम्ही तिला इतिहास जोडून पाहू शकाल.

थोडक्यात तेथे जे नाही तेही पाहू शकाल. यालाच मनाचे खरे पाहणे म्हणतात.

तुमची स्वतःची जी गरज आहे त्या संदर्भात पार्लमेंट पाहणे एक वेगळेच पाहणे होऊ शकते. तुमच्या जर काही अपेक्षा असतील तर त्या अपेक्षा बरोबर घेऊन पार्लमेंट हाऊस बघून यायला हवे. तेव्हा ते आणखी वेगळे दिसण्याची शक्यता आहे.

तसेच तुम्ही पाहाताना विचक्षणपणे पाहा. जे तुम्हाला हवे तेचं व तेवढेच पाहा. ज्यात तुम्हाला रस नाही ते पाहू नका. तसे पाहणे एकतर उगाच पाहणे होईल. एक प्रकारे हे अती पाहणे होईल. पाहाण्याला हेतू हवा.

पोलीस गुन्ह्याच्या ठिकाणी कसे पाहातात?

तेथे गुन्ह्याच्या संशोधनाचा धागा शोधत असतात.

निरीक्षणाला जसे शिक्षण हवे तसाच सराव हवा. शास्त्रशुद्ध निरीक्षणाचा सराव!

परिचित गोष्टीशी असलेले साम्य धुंडाळून अपरिचिताशी ओळख.

तुम्ही तुमच्या वरिष्ठाला समजा आयुष्यात प्रथमच पाहत आहात. पण सवय असेल तर तुम्ही कपाळाकडे पाहून स्वतःला प्रश्न कराल–

–याचे कपाळ मध्यात खोलसर दिसतेय, नाही.

–कपाळावर नाकावर दोन उभ्या छोट्या रेघापण आहेत.

–आडव्या रेघा मात्र अजिबात नाहीत.

बघता बघता तुमचे निरीक्षण पूर्वानुभवाने पूर्ण करून तुम्ही आता तो चेहरा स्मरणात पक्का करून टाकाल. स्मरण मग जितके निरीक्षण जास्त तितके सखोल बनेल.

डोळे मिचमिचे आहेत.

दात जरा छोटे दिसताहेत. कवळी असावी!

रंग काळा नाही. पण गाल आत गेल्याने गोरा असूनही गोराही दिसत नाही आहे.

जरूर हा निरीक्षणाचा धडा लक्षात घेऊन आजपासून तुमच्या साऱ्या मित्रांचे चेहरे परत पाहून घ्या. तुम्हाला वाटेल, आज आपण सारी नवी माणसेच पाहिली.

पाठोपाठ मग जाणवेल,

आजच आपण यांना खरं पाहिलं आहे.

हे खरं पाहाणं म्हणजेच केवळ एकदा पाहून लक्षात ठेवता येणं!

माणसं ओळखणं, आडनावे आठवणं ही फार किरकोळ कामे आहेत. केवळ एकदा पाहून तुम्ही रस्ते स्मरणात ठेवू शकाल. धंदेवाईक ड्रायव्हर्सना ही देणगी असते. ते कधी रस्ते चुकत नाहीत. तुम्ही मात्र दर वेळी 'उजवीकडचे तिसरे घर का चौथे.' या संभ्रमात पत्ते सतत शोधत राहता.

जसं कॉंप्युटर वापरल्याशिवाय कॉंप्युटर कळतच नाही तसंच निरीक्षण करीत राहिल्याशिवाय निरीक्षणाचे नियम शिकता येणार नाहीत. कारण या नियमांचे पुस्तक नाही. हे नियम तुमचा तुम्ही पाहता त्या गोष्टीकडे पाहण्याचा जो व्यक्तिगत दृष्टिकोन असेल त्याप्रमाणे वेगळे असतील.

पाहणे केवळ डोळ्यांनी होईल. निरीक्षण सर्व पंचेंद्रियांची मदत घेते. वास घेऊन पाहणे, स्पर्श करून पाहणे, असे अनंतप्रकारे पाहणे म्हणजे निरीक्षण होय.

एकदा हे पाहणे जमले की मग स्मरण ही गोष्ट क्षुल्लक होऊन जाईल. जे जे पाहाल ते ते आठवेल. दर वेळी नव्या संदर्भात पाहा. पाहिलेलेच वेगवेगळे दिसू लागेल.

पाहिलेले परिचित गोष्टींशी साम्य पाहत नव्याने पाहा. त्या खुंटीला नवे पाहणे क्षणात अडकेल. केवळ एकदा पाहून लक्षात ठेवणे ते हे!

❑❑❑



समारोप
'आनंदाचे डोही आनंद तरंग'

स्मरणशक्ती म्हणजे सर्व काही नव्हे. पण सर्व काही, जर स्मरणशक्ती नसेल तर काहीच नव्हे.

जशी एखादी घटना घडताना जे सुख मिळते त्यापेक्षा अधिक सुख तिच्या सुखद स्मृतींना उजाळा मिळतो तेव्हा तेव्हा अनंत वेळा मिळते तसेच स्मरणाचे आहे.

स्मरणशक्तीत वाढ करणे म्हणजे मिळवलेल्या ज्ञानाचा पुन्हा पुन्हा आनंद घेणे, त्यातून ज्ञानाच्या नव्या नव्या पायऱ्या चढून जाणे. नव्या ज्ञानाच्या प्रचितीमुळे उत्तेजन मिळेल. त्या उत्तेजनातून तुमचे व्यक्तिमत्त्व जास्तच विस्तारत जाईल. स्मरणशक्ती हे माणसाला ईश्वराने दिलेले श्रेष्ठतम वरदान आहे.

ते वरदान प्राप्त करून घेणे केवळ तुमच्या हातात आहे. **हे स्मरणाचे शिक्षण हे आनंददायी शिक्षण आहे. मग या आनंदात डुंबायला शिकायला तुम्ही तुमच्या आयुष्यातले केवळ सहा दिवस वेगळे देऊ शकणार नाही, असे मला तरी वाटत नाही.**

इत्यलम।

❑ ❑ ❑

'स्मरण' या शास्त्रातले सर्वांत अद्यावत असे शोध तुमच्या प्रत्यक्ष वापरासाठी या पुस्तकात तुम्हाला प्रथमच परिचित होणार आहेत.

या पुस्तकात खूप वाचावे कसे व वाचलेले स्मरणात ठेवावे कसे, याविषयी मार्गदर्शन केलेले आहे. या पुस्तकातले तंत्र कष्टपूर्वक, एकाग्रता वगैरे अनंत बुद्धी विशेष वापरून आपण निश्चित पुढे आत्मसात करू शकाल. सहा दिवसात तुमच्या स्मरणशक्तीत केवळ सहापट वाढ होईल असा मर्यादित दावा येथे अशा करता केला आहे, की जर तुम्ही सहा दिवसांहूनही अधिक वेळ या तंत्रांच्या अभ्यासावर खर्च कराल तर ही वाढ केवळ सहा नव्हे तर साठपट होईल!

स्वतः अभ्यासून तुमच्यात आधीपासूनच दडलेल्या ताकदीचे प्रचंडत्व व ती ताकद ही स्थिर गोष्ट नसून वाढू शकणारी गोष्ट आहे, याची दखल तुम्ही तातडीने घ्यावयाला हवी! तुमच्या पाल्ल्यालाही अग्रक्रमाने शिकवायला आणि वारसांना देण्यासाठी याहून चांगली अशी मालमत्ता तुम्हाला जगात अन्यत्र कुठेही मिळणार नाही.